

令和4年 9月 22日(木) 中央学校給食センター

【献立名】 米粉パン 牛乳 うずら卵とチンゲン菜のクリーム煮 ごまじゃこサラダ
なし



【ひとロメモ】

旬のなしについて知ろう

(食文化)

今日のデザート「なし」は「二十世紀」という名前のなしです。

「なし」は世界に約20種類ありますが、果物として栽培されているものは、「日本なし」「西洋なし」「中国なし」の3種類です。日本で栽培されているのは、「日本なし」がほとんどで、皮の色によって「幸水」「豊水」「二十世紀」などがあります。

香川県では、観音寺市や三豊市などで多く栽培されています。「なし」には、カリウムや食物せんい、水分が多く含まれ、体のほてりや、口の渇きをいやしてくれます。

みずみずしくて、おいしい「なし」です。残さずにいただきましょう。

令和4年 9月 22日(木) 第二学校給食センター

(献立名) ナン 牛乳 ドライカレー
元気サラダ 梨



【ひとロメモ】

インド料理について知ろう

(食文化)

インド料理は、香りや辛味、色をつける香辛料というものをたくさん使います。香辛料は料理をおいしくしたり、食欲を引きだしたりするパワーがあります。

インドでは右手はきれいなもの、左手はきれいではないものとされ、食事は右手だけです。例えば、右手でナンをちぎってカレーにひたして食べるというのが食事の仕方です。日本では、両手を使って食事をするのがマナーですが、文化が違えばマナーもかわるのですね。インド流のナンとカレーの食べ方を紹介します。

- ① ナンの細いほうから一口で食べられる大きさに両手を使ってちぎります。
- ② ちぎったナンを二つ折にしてスプーン状にします。
- ③ そのままカレーをすくって食べます。

みなさん上手に食べられましたか？

令和4年 9月 22日(木) 飯山学校給食センター

【献立名】 米粉パン

牛乳 うずら卵とチンゲン菜のクリーム煮
ごまじゃこサラダ なし

《今日の丸亀産の食材》
きゅうり、小松菜、玉ねぎ、
じゃがいも、チンゲン菜



【ひとロメモ】

旬のなしについて知ろう

(食文化)

今日のためには、「旬のなしについて知ろう」です。

「なし」は世界に約20種類ありますが、果物として栽培されているものは、「日本なし」、「西洋なし」、「中国なし」の3種類です。日本で栽培されているのは、「日本なし」がほとんどで、「幸水」、「豊水」、「二十世紀」などの種類があります。

香川県では、観音寺市や三豊市などで多く栽培されています。「なし」には、カリウムや食物せんい、水分が多く含まれ、体のほてりや、口のかわきをいやしてくれます。

今日のフルーツポンチに入っている「なし」は、みずみずしくて甘い「豊水」という名前のなしで、香川県で栽培されたものです。味わって、おいしくいただきましょう。