

令和4年 6月 2日(木) 中央学校給食センター

【献立名】 コッペパン 牛乳 みそバーグ キャロットサラダ  
ビーフンスープ ヨーグルト



【ひとロメモ】

## ビーフンについて知ろう

(食文化)

今からクイズをします。今日のスープに入っているビーフンという細長い麺は、何から作られているでしょう。

- ①小麦粉 ②米粉 ③じゃがいも

正解は、②の米粉です。ビーフンは、普段みなさんが食べているお米『うるち米』を粉にして麺を作り、乾燥させたものです。中国で生まれ、中国語ではビーフンのことを『米粉』と書くそうです。小麦粉があまりとれず、お米がたくさんとれる地域でお米を使った麺が作られるようになりました。

普段は炊いてご飯として食べることが多いお米ですが、私たちのまわりを探してみると、お米が変身した食べ物はたくさんあります。他にはどんな食べ物があるのでしょうか。ぜひ探してみてください。

令和4年 6月 2日(木) 第二学校給食センター

(献立名) コッペパン 牛乳 うずら卵とアスパラのクリーム煮  
フレンチサラダ ココアビーンズ



【ひとロメモ】

## アスパラガスの食べている部分について知ろう

(健康によい食事のとり方)

植物のからだは、根・茎・葉からできています。アスパラガスは、根・茎・葉のどの部分を食べているのでしょうか。答えは茎です。もっと正確にいうと、若い茎と葉の部分を食べています。

アスパラガスと同じく茎を食べる野菜には、「たけのこ」があります。

今日は「アスパラのクリーム煮」をとりいれています。旬の野菜を味わって食べましょう。

令和4年 6月 2日(木)

飯山学校給食センター

【献立名】 コッペパン

牛乳 みそバーグ ビーフンスープ

キャロットサラダ ヨーグルト

《今日の丸亀産の食材》

パセリ、葉ねぎ、

チンゲン菜



【ひとメモ】

## 米から作られる麺ビーフン

(食文化)

今日のめあては、「米から作られる麺ビーフンについて知ろう」です。

ビーフンの起源は、紀元前200年頃、中国南部の福建省あたりだと言われています。北方の兵士が長江から南へ進軍した際、米を食べることに慣れていなかったため、米を挽き、めんにして食べたことが始まりだと言われています。

その後、ビーフンは中国南部から台湾へ伝わり、お客様をもてなす時の“便利な食材”として発達したと言われています。来客があってから米を研いで炊くのでは遅すぎるので、すぐに調理できるビーフンは重宝されました。ビーフンは中国語で「米粉」と書き、その名の通り、原材料は米です。

今や、世界食ともなったビーフンを、今日はスープに入れていきます。味わっていただきましょう。