

令和4年 5月10日(火) 中央学校給食センター

【献立名】 コッペパン 牛乳 そら豆とチンゲンサイのクリーム煮
キャロットサラダ 小夏



【ひとロメモ】

小夏について知ろう

(食文化)

小夏は、3月～6月に旬を迎えるみかんの仲間です。みかんよりもひと回り大きく、鮮やかな黄色の皮の果物で、甘酸っぱい味が特徴です。病気に負けない体を作るビタミンCや疲れをとってくれるクエン酸などの栄養が豊富です。

小夏は、初夏の訪れを知らせる果物で、いろいろな名前と呼ばれています。高知県では『小夏』、宮崎県では『日向夏』、愛媛県では『ニューサマーオレンジ』と呼ばれています。

初夏の味を味わって食べましょう。

令和4年 5月 10日(火) 第二学校給食センター

(献立名) 米粉パン 牛乳 そら豆とチンゲンサイのクリーム煮
じゃこの鉄骨サラダ 小夏



【ひとロメモ】

旬のそら豆を味わおう

(食文化)

今日の「クリーム煮」には、丸亀市でとれたそら豆を使っています。

そら豆は、香川県産の特産品のひとつで、昔はどこかの農家でも米の裏作として栽培していました。そら豆という名前は緑色のさやが空に向かってつくためとか、サヤの形が蚕に似ているからともいわれています。

そら豆は、とれる時期が短い野菜なので、季節を感じながら、味わっていただきましょう。

令和4年 5月 10日(火) 飯山学校給食センター

【献立名】 コッペパン

牛乳 うずら卵とチンゲン菜のクリーム煮
キャロットサラダ 小夏

《今日の丸亀産の食材》

玉ねぎ、パセリ、
チンゲン菜



【ひと口メモ】

小夏について知ろう

(食文化)

今日のめあては、「小夏について知ろう」です。

南国土佐、今の高知県の初夏は、あっという間で、そのごくわずかな期間に旬を迎えるのが小夏です。高知では店頭の小夏が出回ると夏の訪れを感じるそうです。高知では小夏と呼ばれるこの柑橘は、宮崎県では日向夏、愛媛県ではニューサマーオレンジと呼ばれています。

小夏の歴史は、18世紀初めに宮崎県のある家で偶然発見されたことにはじまります。当時は酸味が強く食べられてなかったそうですが、その後広く栽培されるようになりました。

また、小夏の白い甘皮は肉厚でふかふかしており、それが小夏の爽やかな酸味に加わって上品な甘みを楽しむことができます。

初夏の味、小夏を、おいしくいただきましょう。