

令和4年 5月17日(火) 中央学校給食センター

【献立名】 米粉パン 牛乳 ジャがいものチーズ焼き
キャベツと肉団子のスープ煮 ごまじゃこサラダ



【ひとロメモ】

米粉パンについて知ろう

(食文化)

今日は、みなさんに人気のある米粉パンです。普通のパンと違って小麦粉と米粉を半分ずつ使って作っています。

米粉パンはご飯を食べた時のようなもちもちした食感が特徴ですが、ここでクイズです。米粉パンがもちもちしているのは、なぜでしょう？

- ① 水分量が多いから
- ② 砂糖の量が多いから
- ③ 塩の量が多いから (3秒待つ)

答えは、①の水分の量が多いからです。米粉には、小麦粉よりもたくさんの水分が含まれているため、しっとり、もちもちとしています。そして、米粉パンの原料のお米は、香川県で生産されたものを使っています。よくかんで、味わって食べましょう。

令和4年 5月 17日 (火)

第二学校給食センター

(献立名) コッペパン 牛乳 ポトフ

小煮干しとアーモンドの揚げ煮

いちご入りフルーツポンチ



【ひとロメモ】

季節のいちごを味わって食べよう

(食品を選択する能力)

いちごは、江戸時代の終わりにオランダから伝わり、現在に至るまでさまざまな品種改良が重ねられてきました。そのおかげで1960年ごろまでは、5月～6月までしか食べられませんでした。今では1年中食べられるようになりました。北海道から九州まで、さまざまな品種があります。

今日の給食のいちごは、香川県でとれた「さぬきひめ」という品種です。香川県でとれるいちごの季節は、冬から春ごろまでになります。限られた時期にとれる季節のくだものを味わっておいしくいただきましょう。

令和4年 5月 17日(火)

飯山学校給食センター

【献立名】米粉パン 牛乳

じゃがいものチーズ焼き

ごまじゃこサラダ キャベツと肉団子のスープ

《今日の丸亀産の食材》

パセリ、きゅうり、

キャベツ、玉ねぎ、チンゲン菜



【ひとロメモ】

米粉パンについて知ろう

(食品を選択する能力)

今日のめあては「米粉パンについて知ろう」です。

今日は米粉パンが給食に登場していますが、米粉パンは主に何からできているか知っていますか？

答えは、米と小麦です。普通のパンは小麦粉からつくられていますが、米粉パンは米をすりつぶして粉状にしたものと一緒に使っています。お米はかめばかむほど甘さを感じられますが、米粉パンも同じで、優しい甘さともっちりした食感が特徴です。

米作りは日本の食文化のもととなり、私たち日本人の食生活を支えてきました。ところが現代では、お米離れをしていると言われていています。そこで、米粉パンのように日本に昔からあるおいしいお米を上手にアレンジすることになりました。こうすることにより、両方の良いところを取り入れることができますね。

給食の米粉パンに使われるお米は、必ず香川県産のもので、香川県の穏やかな気候と清らかな水で育まれたおいしいお米を使って作った米粉パンを、大切に味わっていただきます。