

令和4年 5月30日(月) 中央学校給食センター

【献立名】 麦ご飯 牛乳 豚肉のしょうが炒め チンゲン菜とたくあんのごま和え
じゃがいものみそ汁 ㊤キャンディーチーズ



【ひとロメモ】

チンゲン菜について知ろう

(感謝の心)

チンゲン菜は中国で生まれた野菜で、日本に伝わったのは約50年前と言われています。シャキシャキと歯ごたえが良く、アクやクセが少ないので、炒めものやスープなど色々な料理に使えます。

チンゲン菜は、体の調子を整える緑の仲間の食べ物です。風邪を予防してくれるビタミンAやビタミンC、骨を丈夫にするカルシウムがたくさん含まれています。

今日のごま和えには、丸亀市の農家の谷本さんが栽培したチンゲン菜を使っています。おいしくいただきます。

令和4年 5月 30日(月) 第二学校給食センター

(献立名) 麦ごはん 牛乳 焼き豆腐のみそそぼろ煮
キャベツのゆかりあえ 小えびのからあげ



【ひとロメモ】

給食当番は正しい服装を身につけよう

(社会性)

給食当番は、みなさんが楽しみにしている給食を安全で衛生的に準備して配膳する大切な役割があります。

次の6つのポイントに気をつけましょう。

1. つめが伸びている人は短くきっておきましょう。
2. 清潔なエプロンをきちんと身に付けましょう。
3. かみの毛が出ないように帽子をかぶりましょう。
4. マスクは口と鼻がかくれるようにつけましょう。
5. 給食用のハンカチを用意しましょう。
6. 石けんを使って十分な手洗いをしましょう。

令和4年 5月 30日(月) 飯山学校給食センター

【献立名】 麦ごはん 牛乳

鶏肉の香味揚げ チンゲン菜とたくあんのごまあえ
じゃがいものみそ汁 (中: キャンディチーズ)

《今日の丸亀産の食材》
葉ねぎ、じゃがいも、
チンゲン菜



【ひとロメモ】

丸亀市産チンゲン菜について知ろう

(感謝の心)

今日のめあては「丸亀市産チンゲン菜について知ろう」です。

丸亀市の給食では、富熊小学校の校区の農家、谷本さんのチンゲン菜を使っています。チンゲン菜が一番たくさんとれるのは冬で、夏は育ちにくいのが一般的です。しかし、谷本さんは暑さに強いチンゲン菜、夏の病気に強いチンゲン菜など、品種を変えながら、ビニールハウスで大切に1年中チンゲン菜を作っています。そのため、給食で1年中チンゲン菜を使うことができます。

谷本さんのチンゲン菜は、お店で買ってくるよりも新鮮でシャキシャキとみずみずしいのが特徴です。今日の給食ではチンゲン菜とたくあんのごまあえに使っています。

谷本さんのチンゲン菜を味わっていただきましょう。