

令和4年 4月 21日(木) 中央学校給食センター

【献立名】 さぬきの夢パン りんごジャム(小・中) 牛乳 瀬戸のチャウダー
きなこビーンズ 海そうサラダ



【ひとロメモ】

食事の挨拶の意味を知ろう

(感謝の心)

みなさんは、食事の前に「いただきます」、食事の後に「ごちそうさま」が言えていますか。

給食は、野菜やお米などを作ってくれている人、朝早くから食べ物を給食センターまで運んでくれる人、料理を作ってくれる人、働いてくれているお家の方など、大勢の人のおかげで給食はできています。

また、たくさんの動物や植物の命をいただいていることを忘れないためにも、あいさつは大切です。

「いただきます」、「ごちそうさま」を感謝の心をこめて言いましょう。

令和4年 4月 21日(木) 第二学校給食センター

(献立名) コッペパン 【小中】メープルジャム 牛乳
瀬戸のチャウダー ひじきのマリネ きなこピーンズ



【ひとロメモ】

成長期に必要な栄養を知ろう

(食事の重要性)

新年度になり、身体計測が行われていますね。

1年前にくらべて身長がぐんと伸びた人や、筋肉がついて体が大きくなった人もいると思います。急激な成長に伴い血液の量が増え、体が一生懸命血液を作っても追いつかず貧血になることがあります。

貧血になると、めまいや息切れ、頭が痛くなるなどの症状があらわれます。

さて、今日の給食のチャウダーに入っている「あさり」は、鉄分が多いたべものです。成長期のみなさんにはとってほしい食品なので、しっかりと食べましょう。

令和4年 4月 21日(木) 飯山学校給食センター

【献立名】 さぬきの夢パン (小・中) りんごジャム
牛乳 瀬戸のチャウダー
海藻サラダ きなこビーンズ

《今日の丸亀産の食材》
キャベツ、チンゲン菜、
パセリ



【ひとロメモ】

ふしめん

(感謝の心)

今日のめあては「ふしめんについて知ろう」です。

今日の給食には「瀬戸のチャウダー」の中にふしめんが入っていますね。みなさんは、ふしめんが何からできているか知っていますか？

手延べそうめんを作る時に長い棒に引っ掛けて作ります。その時に引っ掛けた部分が丸くなってしまうので、そうめんを商品として出荷するときに取り除かれる部分が、ふしめんです。この部分は商品にはならないですが、捨ててしまうのはもったいないということで、そうめんの産地である小豆島では昔から、お汁に入れてふしめん汁として食べられてきました。食べ物を無駄にしない、という先人の知恵がつまった食べ物です。

今日はパスタの代わりにふしめんをチャウダーに入れてあります。大切に味わっていただきます。