

令和5年 2月 2日(木) 中央学校給食センター

【献立名】 コッペパン 牛乳 ビーフシチュー 菜花のサラダ りんご



【ひとロメモ】

## 旬の野菜、菜花について知ろう

(食文化)

1月から3月が旬の菜花は、カルシウム、ビタミンAやCを多く含んでいる緑色の濃い野菜で、体の調子を整える緑色のグループの仲間です。

春の訪れを感じさせる、季節の野菜として人気があります。花が咲ききらない、つぼみのうちにとって、あえ物やおひたし、サラダ、汁の実などにして食べます。

春になると畑で見る、「菜の花」とは少し違って、私たちが食べるために、作られた野菜です。

香川県では昭和60年ごろから栽培が始められました。私たちの住む丸亀市は香川県の菜花のおもな生産地となっているので、給食には市内で栽培された、新鮮な菜花を使っています。今日は彩をよくするためにさっとゆでました。春を感じながら食べましょう。

令和5年 2月 2日(木) 第二学校給食センター

(献立名) 小型コッペパン 牛乳  
ブロッコリーのスパイシートマトソースパスタ  
五目サラダ ココア豆



【ひとロメモ】

## 香川県でとれるブロッコリーについて知ろう

(感謝の心)

香川県ではブロッコリーの生産が盛んに行われています。県外にもたくさん出荷され、品質、味がとても優れていると評判がいいです。

農家の方は朝3時頃から畑で収穫し、ブロッコリーを集荷場に運びます。集荷場では、品質や大きさごとにブロッコリーを分けて箱詰めします。

箱詰めの方法は、ダンボールの中にビニール袋をひろげてからブロッコリーを入れていきます。さらに氷を入れて、蓋をして、冷凍庫で二日から三日冷やして出荷します。このような方法をとることで、段ボールの中全体のブロッコリーを冷やし、県外に出荷する時も鮮度を保ったまま、お店に出すことができます。

今日のパスタには、丸亀でとれたブロッコリーを使っています。生産や出荷に携わっている方々に感謝して残さずいただきます。

令和5年 2月 2日(木)

飯山学校給食センター

【献立名】 コッペパン

牛乳 ビーフシチュー

菜花のサラダ りんご

《今日の丸亀産の食材》

キャベツ、なばな、人参、セロリ

じゃがいも、ビーツ、パセリ



【ひと口メモ】

## 旬の野菜 菜花について知ろう

(食文化)

今日のめあては「旬の野菜 菜花について知ろう」です。

1月から3月が旬の菜花は、カルシウム、ビタミンAやCを多く含んでいる緑色のこい野菜で、体の調子を整える緑色のグループの仲間です。

春の訪れを感じさせる、季節の野菜として人気があります。花が咲ききらない、つぼみのうちにとって、あえ物やおひたし、サラダ、汁の実などにして食べます。

春になると畑で見る、黄色い花の「菜の花」とは少し違って、私たちが食べるために、作られた野菜です。

香川県では昭和60年ごろから栽培が始められました。私たちの住む丸亀市は香川県の菜花のおもな生産地となっているので、給食には市内で栽培された、新鮮な菜花を使っています。今日は彩りをよくするためにハムやコーンとあえました。春を感じながら食べましょう。