

令和5年 2月 10日（金） 中央学校給食センター

【献立名】 ほたてごはん 牛乳 わかさぎのから揚げ ほうれん草とコーンの和え物
じゃがいものみそ汁 キャンディチーズ



【ひとロメモ】

北海道の料理を味わおう

（食文化）

今日の給食は北海道でよく食べられる食材をたくさん使いました。5年生は社会科で北海道の農業や暮らしを習いましたね。北海道の料理は、伝統的な日本料理の影響を受けることが少なく、食材料に簡単な調理を加えただけという、素材の良さを生かした料理が多いようです。

北の海で養殖が盛んに行われているほたて貝は、冷凍されたものが1年中食べられますが、旬は今ごろの季節です。ほたての他にも湖でたくさんとれる「わかさぎ」、北海道の特産物である「とうもろこし」や「じゃがいも」を使って調理しました。

寒くて雪の多い北海道の食材を味わいましょう。

令和5年 2月 10日（金） 第二学校給食センター

（献立名） 麦ごはん 牛乳 高野豆腐のおとし揚げ
百花の雪花 月菜汁



【ひと口メモ】

高野豆腐を味わおう

（健康によい食事のとり方）

高野豆腐は、和歌山県の高野山でお坊さんが作り始めたので、この名前がつけました。冬の寒い凍りつくような夜、豆腐を外に出しておいたら凍っていたことから、別の名前を凍り豆腐ともいいます。今では、機械を使って凍らせています。

高野豆腐は、筋肉など体をつくるもとになるたんぱく質や、丈夫な骨をつくるもとになるカルシウムが多く、とても健康によいたべものです。

高野山で生まれた栄養価の高い高野豆腐をしっかり食べて、丈夫な体を作りましょう。

令和5年 2月 10日(金) 飯山学校給食センター

【献立名】ほたてごはん 牛乳

わかさぎのからあげ ほうれん草とコーンの和え物

じゃがいものみそ汁 (小中：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、
ほうれん草、キャベツ



【ひと口メモ】

北海道の料理を味わおう

(食文化)

今日のめあては「北海道の料理を味わおう」です。

今日の給食は、北海道でよく食べられる食材をたくさん使いました。5年生は社会科で北海道の農業や暮らしを習いましたね。北海道の料理は、伝統的な日本料理の影響を受けることが少なく、食材料に簡単な調理を加えただけという、素材の良さを生かした料理が多いようです。

北の海で養殖が盛んに行われているほたて貝は、冷凍されたものが1年中食べられますが、旬は今ごろの季節です。ほたての他にも湖でたくさんとれる「わかさぎ」、北海道の特産物である「とうもろこし」や「じゃがいも」を使って調理しました。

寒くて雪の多い北海道の食材を味わいましょう。