

令和5年 2月 21日 (火) 中央学校給食センター

【献立名】 米粉パン 牛乳 小いわしのフライ コールスローサラダ
豆腐とコーンのスープ スイートスプリング



【ひとロメモ】

スイートスプリングについて知ろう

(食文化)

「スイートスプリング」は、「温州みかん」と「はっさく」から生まれたかんきつ類です。

見た目は皮がぼこぼこ、ごつごつしていて、色は緑色をしていることもありますが、中身はきれいなオレンジ色をしています。見た目のイメージと違い、酸味や苦味が少なく、すっきりした甘さが特徴です。育てるのが難しく、全国的にはあまりたくさん流通していないようですが、さわやかな風味と甘みで人気があります。

今日は香川県産のスイートスプリングです。皮を上手にむいて食べましょう。

令和5年 2月 21日(火) 第二学校給食センター

(献立名) さぬきの夢パン 黒豆きなこクリーム 牛乳
白身魚の香味揚げ ブロッコリーサラダ 野菜スープ



【ひとロメモ】

食事前の換気の大切さを知ろう

(食事環境の整備)

寒くなると窓を開けて空気を入れ替えをするのが、おっくうになりがちです。でも換気するには理由があります。

人がたくさんいる教室では、閉め切ったままにすると次第に空気が汚れ、目に見えないほこりやちりがたくさん舞います。ほこりには、かぜのウイルスがついていることがあります。また、新型コロナウイルスでは、室内に漂うくしゃみやせきのしぶきを吸い込むことが感染の大きな原因になると考えられています。汚れた空気を吸っていると集中力がなくなり、気分も悪くなります。

とくに食事の前にはしっかり空気を入れ替えて換気することが大切ですね。

令和5年 2月 21日(火) 飯山学校給食センター

【献立名】米粉パン 牛乳

小いわしのフライ コールスローサラダ
豆腐とコーンのスープ スイートスプリング

《今日の丸亀産の食材》
キャベツ、チンゲン菜、
パセリ



【ひと口メモ】

スイートスプリングについて知ろう

(感謝の心)

今日のめあては「スイートスプリングについて知ろう」です。

秋から冬にかけてよく食べた、みかんがこの時期、そろそろ終わりを迎えます。次に登場するのは、スイートスプリングやネーブルオレンジ、ポンカン、八朔などです。

今日のスイートスプリングは、みかんと八朔から作られました。特徴は、甘味が強く、あまり酸っぱくありません。見かけは、ゴツゴツしていますが、その中身は名前の通り甘くてジューシーです。酸っぱいのが苦手な人もおいしく食べられますよ。

ビタミンCが豊富で、風邪予防にも効果があります。よく味わっていただきましょう。