

令和6年度 12月 給食一口メモ②

《給食時の校内放送や校内掲示などにご活用ください》

	献立名 こんだてめい	一口メモ ひとくち
12/9 (月)	ごはん はるま 春巻き きぼ だいこん 切り干し大根のキムチ炒め ちゅうかふう 中華風コーンたまごスープ ぎゅうにゅう 牛乳	きょう じばさん ぶつ まつしまん ぶたにく ぎゅうにゅう 今日の地場産物は、松島産ごはん、豚肉、たまご、牛乳です。 ひとくち きぼ だいこん はな きぼ だいこん 一口メモは「切り干し大根」についてのお話です。切り干し大根は、 その名前の通り、細く切って干した大根のことです。切って干すこと で、生の大根に比べて、あまみが増しておいしくなり、カルシウムや食 物せんいなどの栄養素の量も多くなります。栄養たっぷりの切り干し 大根を、しっかりよくかんで食べましょう。
12/10 (火)	よこわ まる 横割り丸パン スラッピー・ジョー ポトフ フルーツのヨーグルトあえ ぎゅうにゅう 牛乳	きょう じばさん ぶつ まつしまん まつしまん ぶたにく 今日の地場産物は、松島産トマト、松島産だいこん、豚肉、ヨーグルト、パ ン用小麦粉、牛乳です。 ひとくち 一口メモは「スラッピー・ジョー」についてのお話です。この、ちよつとか わった名前の料理は、アメリカ生まれのサンドウィッチの一種で、“なまけも ののジョー”という意味があります。バーガーパンに、ミートソースのような具 をはさんで食べる料理で、食べるときにポロポロとこぼしやすいことから、 “なまけもの”という名前がついたと言われています。こぼさないように気を つけながら食べましょう。
12/11 (水)	ごはん いわしのみぞれ煮 はくさいとあぶらふの煮びたし さつま汁 ぎゅうにゅう 牛乳	きょう じばさん ぶつ まつしまん まつしまん まつしまん 今日の地場産物は、松島産ごはん、松島産はくさい、松島産だいこ ん、松島産ねぎ、あぶらふ、豚肉、牛乳です。 ひとくち はな みやぎけん 一口メモは「あぶらふ」についてのお話です。あぶらふは、宮城県 北部の登米市というところの地場産物です。小麦粉から作られる “ふ”を、油で揚げて作るめずらしい食材で、汁物や煮物に入れて食 べます。給食でも、これまで何度も登場してきたので覚えた人も多い のではないのでしょうか。地元の味をよく味わって食べましょう。
12/12 (木)	ソフトパン バーベキューチキン マカロニのクリーム煮 やさい 野菜スープ ぎゅうにゅう 牛乳	きょう じばさん ぶつ まつしまん よう こむぎこ ぎゅうにゅう 今日の地場産物は、松島産トマト、パン用小麦粉、牛乳です。 ひとくち はな きゅうよく つか 一口メモは「松島産トマト」についてのお話です。給食に使っている 松島産トマトは、磯崎にあるサンフレッシュ松島のハウスで作られてい ます。太陽の光がたくさん入る全面ガラス張りのハウスで、コンピュー ター管理と、人間の手による管理を両立させて、おいしいトマトを作 ってくださっています。今日のスープに使っていますので、よく味わって 食べましょう。
12/13 (金)	ごはん ポークカレー かい 海そうサラダ みかん ぎゅうにゅう 牛乳	きょう じばさん ぶつ まつしまん まつしまん ぶたにく ぎゅう 今日の地場産物は、松島産ごはん、松島産トマト、豚肉、わかめ、牛 乳です。 ひとくち はな にほん いちばん 一口メモは「みかん」についてのお話です。みかんは、日本で一番 多く作られているくだものです。冬が旬で、かぜの予防に役立つ“ビタ ミンC”の他、内側のうすい皮ごと食べれば、“食物せんい”もとれま す。一日3個で、だいたい一日に必要な量のビタミンCがとれますの で、お家でも積極的に食べましょう。