

令和7年度 4月 給食一口メモ①

《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 <small>こんだてめい</small>	一口メモ <small>ひとくち</small>
4/8 (火)	第1学期始業式 <small>だいい がつき しぎょうしき</small>	
4/9 (水)	入園式・入学式 <small>にゅうえんしき にゅうがくしき</small>	
4/10 (木)	ミルクパン のり塩コロッケ ポークビーンズ お祝いいちごゼリー 牛乳 <small>いわ</small>	今日の地場産物は、松島産トマト、豚肉、パン用小麦粉、牛乳です。 今日から、令和7年度の給食が始まります。給食センターでは、みなさんにおいしい給食を安心して食べてもらうために、調理する時の服装や手の洗い方、加熱の仕方など、衛生にとても気を遣って作っています。給食センターでの努力がむだにならないように、給食を食べるみなさんも、給食当番の身支度を正しくすることや、全員が手をきれいに洗うこと、あわてずによくかんで食べること、などに注意して、協力して楽しい給食時間にしましょう。
4/11 (金)	ごはん お花のとうふハンバーグ ブロッコリーのおかかあえ 中華みそスープ 牛乳 <small>ちゅうか</small>	今日の地場産物は、松島産ごはん、豚肉、牛乳です。 一口メモは「よくかんで食べること」についてのお話しです。みなさんは、しっかりよくかんで食べていますか？よくかんで食べると、脳が刺激されて、活発に働いてくれたり、だ液がたくさん出て、虫歯を予防してくれたり、といった良いことがあります。また、食べ物がのどにつまることを防いで、安全に食べることができます。かみごたえのある食べ物だけでなく、やわらかいごはんや豆腐ハンバーグ、スープに入っている野菜なども、一口分ずつ口に入れ、あわてずによくかんで食べるようにしましょう。

松島町学校給食センター

令和7年度 4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	一口メモ
4/14 (月)	ごはん マーボー豆腐 春巻き くきわかめのサラダ 牛乳	今日の地場産物は、松島産ごはん、豚肉、牛乳です。 一口メモは「くきわかめ」についてのお話しです。くきわかめは、その名の通り、わかめのくきの部分を細く切ったものです。普通のわかめはやわらかい食感ですが、くきわかめは、コリコリとした食感が特徴です。おなかの調子をととのえてくれる「食物せんい」という栄養がたくさん含まれています。しっかりよくかんで食べましょう。
4/15 (火)	減塩ソフトパン ミートボール 春色サラダ クリームシチュー 牛乳	今日の地場産物は、パン用小麦粉、牛乳です。 一口メモは「キャベツ」についてのお話しです。今が旬の“春キャベツ”は、やわらかくてあまみがあるのが特徴です。今日のサラダには、同じく春が旬のにんじんと、黄色がきれいなとうもろこしを一緒にあえて、春らしい彩りにしました。これらの野菜類には、かぜの予防などに役立つ“ビタミン”が多く含まれています。自分の健康のために、苦手な人は少しずつでも良いので、食べるようにしましょう。
4/16 (水)	ごはん 大豆ミートのキーマカレー ジュリアンスープ レアチーズデザート(幼稚園・小学校) レモンカスタードタルト(中学校) 牛乳	今日の地場産物は、松島産ごはん、松島産トマト、豚肉、牛乳です。 一口メモは「大豆ミート」についてのお話しです。“大豆ミート”とは、大豆を原料にして肉に似せて作った食品のことで、肉と同じようにたんぱく質がとれて、肉よりも脂肪分が少なく、ヘルシーな食材として活用されています。また、豚肉や牛肉と比べて、生産される時の環境への負担が少ないため、SDGsの観点からも注目されている食材です。
4/17 (木)	ミルクパン ホキフライ コーンと枝豆のソテー ミネストローネ 牛乳	今日の地場産物は、松島産トマト、パン用小麦粉、牛乳です。 一口メモは「松島産トマト」についてのお話しです。今日のミネストローネに使われているトマトは、“サンフレッシュ松島”で作られたものです。ガラス張りのハウスで、太陽の光をたくさんあびて育てられたトマトは、ほどよい酸味で食べやすい味になるそうです。おいしいトマトを出す荷するためには手入れをしたり、形がくずれないようにていねいに収穫したりと、心がこもった地場産物です。よく味わって食べましょう。
4/18 (金)	ごはん だし巻きたまご みそきんぴら 肉すい 牛乳	今日の地場産物は、松島産ごはん、牛乳です。 今日は、4月13日に開幕した“大阪・関西万博”にちなんで、大阪発祥の料理「肉すい」についてのお話しです。大阪の料理の特徴は、昆布をメインに、かつお節を組み合わせただしの味を大切にしているところです。「肉すい」は、「肉のすいもの」が短くなった呼び方で、大阪のうどん屋さんお客さんからのたまに「肉うどんのうどん抜き」という注文に添えて誕生したと言われています。給食では、昆布とかつお節のだし汁で、牛肉、豆腐、油揚げ、はくさいなどを煮て作りました。だしの香りやうまみをよく味わって食べましょう。