

令和7年度 3月 給食一口メモ③

《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>
3/16 (月)	ごはん にしんのかば焼き風 小松菜とさきいかのあえもの さつま汁 牛乳	今日の地場産物は、松島産ごはん、松島産だいこん、松島産ねぎ、豚肉、牛乳です。 一口メモは「にしん」についてのお話です。にしんは、2月から3月頃が旬で、主に北海道でたくさんとれる魚です。春が旬なので、「春告げ魚」とも呼ばれ、春の季語にもなっています。骨が多い魚なのですが、今日の給食では、骨を細かく切る加工がされていて、食べやすくはなっています。よくかんで、しっかり味わって食べましょう。
3/17 (火)	バターロールパン みそラーメン れんこんとツナの中華サラダ ヨーグルト 牛乳	今日の地場産物は、松島産ねぎ、豚肉、パン用小麦粉、牛乳です。 一口メモは「れんこん」についてのお話です。れんこんは、冬が旬の野菜で、ハスという植物の茎の部分のことで、沼のような場所で育ち、食べている部分は、土の中のにびた茎が大きくなったもので、呼吸のための酸素を通す穴があいていて、水の上にある葉っぱとつながっています。 “食物せんい”がたくさん含まれていて、お腹の掃除をしてくれます。栄養が体中にしっかり行き渡るように、よくかんで食べましょう。
3/18 (水)	ごはん 豚キムチ丼の具 きのこたまごのスープ 松島産いちご 牛乳	今日の地場産物は、松島産ごはん、松島産はくさい、松島産いちご、豚肉、たまご、牛乳です。 一口メモは「松島産いちご」についてのお話です。今日のいちごは、普段、トマトを納品してもらっているサンフレッシュ松島さんで作っているいちごです。「章姫」という品種で、粒が大きめでやわらかいのが特徴です。収穫量が限られているため、お店に並ぶことが少ないようですが、「松島の子どもたちに、松島産いちごをぜひ食べてもらいたい！」という思いから、今回初めて、給食用に出荷していただきました。貴重ないちごを、大切に、しっかり味わっていただきましょう！
3/19 (木)	食パン ブルーベリージャム チキンナゲット キャベツのサラダ 松島産野菜のシチュー 牛乳	今日の地場産物は、松島産だいこん、松島産はくさい、松島産ねぎ、パン用小麦粉、牛乳です。 一口メモは「松島産野菜」についてのお話です。今日のシチューには、だいこん、はくさい、ねぎの3つの松島産野菜が使われています。しっかり煮込むことで、甘みが増し、やわらかく食べやすくなります。地元産の食材は、新鮮でおいしだけでなく、食べることで身近な生産者さんを応援することにつながります。給食だけでなくおうちでも、積極的に地元産の食材を食べましょう。
3/20 (金)	春分の日	