

ひとくちメモ

2024年4月
川内学校給食センター

新年度が始まりました。給食センターでは、みなさんの健やかな成長と健康保持増進のために、今年度も安心、安全でおいしい給食を目指していきます。みんなで協力して早く準備をすませ楽しい給食時間を過ごしましょう。苦手なものも、食べてみるとおいしいと感じられるかもしれません。少しずつチャレンジしてみましょう。

ポークカレー [A: 9日 B: 10日]

新学期が始まって新しい環境のなか、給食も始まります。みなさんが食べやすいように、人気メニューのカレーにしました。今回は豚肉の角切り肉を使用しています。豚肉には、ビタミンB1が多く含まれており、疲労回復に欠かせない栄養素です。野菜も豚肉に合わせた切り方をしているので、ゴロゴロ感を味わってください。

入園・入学・進級お祝いメニュー [A: 17日 B: 18日]

入園・入学・進級おめでとうございます。若竹汁は、わかめとたけのこを使ったすまし汁で春の訪れを感じさせるメニューです。また、照り焼きハンバーグのソースは、給食センターの大きな釜で、たまねぎや調味料を使い、丁寧に手作りしています。デザートのお祝いいちごゼリーは、いちごの果肉が入った紅白ゼリーで、クリームが桜の形をしています。ぜひ、お祝いメニューを楽しんでください。

さつまさんだい食育の日

毎月、19日の食育の日に合わせて、鹿児島県の郷土料理や地場産物を取り入れた『さつまさんだい食育の日』を実施します。

薩摩川内米ごはん・さつま汁・きびなごのかば焼き風 [A: 19日 B: 22日]

ごはんは、薩摩川内市の水や空気の中で大切に育てられたお米を使用しています。さつま汁は鹿児島県の郷土料理で昔、薩摩藩士の間では、士気を高めるためにさつま鶏どうしを闘わせる「闘鶏」が行われていました。闘鶏で負けた鶏を使って汁物にしたのが、さつま汁の始まりと言われています。きびなごは、骨まで丸ごと食べることができるため、カルシウムをたくさんとることができます。鹿児島の特産品のひとつであるきびなごは、県全体の水揚げ量のうちの約6割が甑島で獲れます。薩摩川内市の「市の魚」に指定されています。

山菜スパゲッティ [A: 22日 B: 19日]

春の野菜である山菜は、タンニンなどのポリフェノールが多く含まれており、抗酸化力が高い食材で、冬の間にたまった老廃物や脂肪を排出し、春の身体へと移行するのを助けるはたらきがあります。昔から、「春の皿には苦みを盛れ」と言われていて、「春の食事には、苦みのある春の野菜を食べましょう。」という意味が込められています。山菜を使ったスパゲッティにしました。春の息吹と自然の恵みを感じて味わってください。

世界の味を給食で



アメリカ

~2024パリ オリンピック・パラリンピック~

今年の7月から9月にかけて開催される「パリオリンピック・パラリンピック」にちなみ、今年度はいろいろな国の料理を献立に取り入れていく予定です。この機会に、いろいろな国の食文化を話題にしながら給食を楽しんでください。

クラムチャウダー・ホットドッグ [A: 24日 B: 23日]

クラムチャウダーはアメリカ発祥の料理で、アサリやハマグリなどの二枚貝を使った具たくさんのスープです。日本には、牛乳や生クリームを使ったスープが伝えられて広まりましたが、アメリカにはトマト味のクラムチャウダーもあります。また、代表的なアメリカ料理といえば、ハンバーガーやホットドッグなどのファストフードや野菜や肉、魚を直火で焼きながら食べるバーベキューなどがあります。その中でも今回は、ホットドッグを取り入れました。パンにはさんで食べてください。

お茶入り鮭そぼろ・かしわもち [A: 30日] [B: 5月1日実施予定]

5月1日は八十八夜です。八十八夜は春から夏に移る節目の日で縁起のいい日とされています。八十八夜につみ取られたお茶を一番茶で飲むと、一年を無病息災で過ごせると伝えられています。八十八夜にちなみ、鮭そぼろにはお茶の葉を入れました。



かしわもちは、あんこの入ったお餅を柏の葉で包んだものです。柏の葉は、新芽が育ってから古い葉が落ちることから、家計が絶えない縁起物とされ、柏の葉を使ったかしわもちは、端午の節句にふさわしい食べ物として、江戸時代から食べられてきました。

