

今週の給食 5/24~5/28



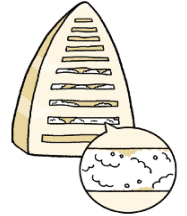
5月24日(月)

- ・ごはん
- ・若竹汁
- ・かつおのオーロラソース
- ・卵の花
- ・牛乳



❁たけのこ

たけのこは、竹の若い芽を掘り起こしたものです。竹の成長速度はとても速いので、食べごろのたけのこを見つけたら、すぐに収穫しなくてははいけません。収穫時期を逃してしまうと、竹に成長してしまいます。また、たけのこの切り口についている白い粉のようなは、チロシンというアミノ酸の一部で、うまみ成分です。ホルモンや精神伝達物質の生成にもかかわっています。洗い流さずに調理します。



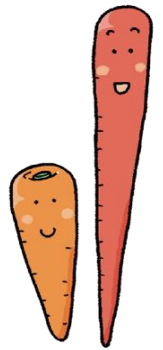
5月25日(火)

- ・フラワーロール
- ・ポトフ
- ・ハニーマスタードチキン
- ・にんじんのサラダ
- ・牛乳



❁にんじん

給食には、毎日のように登場するにんじん。実は、にんじんは大きく2種類に分けられることを知っていますか？にんじんの原産地のヨーロッパから伝わった西洋種と中国から伝わった東洋種があります。日本で一般的に流通している太くて短いにんじんは、西洋種でお正月などで使う「金時にんじん」のように細長くて赤いものは東洋種になります。



5月26日(水)

- ・ごはん
- ・中華スープ
- ・プルコギ
- ・ナムル
- ・牛乳



❁プルコギ

韓国料理での人気メニュー「プルコギ」。韓国語で「プル」は「火」、「コギ」は「肉」を意味します。つまりは、韓国語で肉を焼く料理という意味です。日本で、肉を焼くというと「焼肉」を思いますが、プルコギは、焼肉とすき焼きの中間のような料理といえます。色々な野菜とお肉を組み合わせるため、お肉の栄養が体の中で効率的に働きます。



5月27日(木)

- ・しっぽうどん
- ・フィッシュカツ
- ・青菜の白和え
- ・牛乳



❁フィッシュカツ

徳島県のご当地料理「フィッシュカツ」。徳島県で、「カツ」と言えば、この「フィッシュカツ」のことを指すそうです。魚のすり身にカレー粉などであじをつけた練り物に、衣をつけ揚げたものになります。

給食では、カレー粉入りの練りが手に入らなかったため、パン粉をつけるためのバター液にカレー粉を加えて作ります。



5月28日(金)

- ・ごはん
- ・チキンカレー
- ・コールスローサラダ
- ・メロン



❁メロン

皮の網目模様が特徴的なメロン。メロンの網目模様がどのようにできているか知っていますか？

メロンは、実が成長するとともに、皮にひびが入ります。それをふさぐようにして、かさぶたのような硬い網目が付きます。このひび割れをおこさないように育てると、網目模様のないメロンが育ちます。

