

きょう きゅうしょくひとくち 12/7(月)今日の給食一口メモ



きょう 今日のはとくちメモは、「とちぎの星」についてです。

きょう 今日、日光市農政対策協議会から寄付していただいた「とちぎの星」で炊いたごはんです。とちぎの星の名前には、「お米を作るうえで、病気による害や気温が高いことによる障害に打ち勝ち、キラキラと光り輝く栃木の星となってほしい」との思いが込められています。去年は、天皇が即位して初めて行う「大嘗祭」という収穫祭がありました。私たちが住んでいる栃木県のお米が選ばれました。そのお米が「とちぎの星」です。

きょう 今日、納豆ですが、納豆をごはんにのせる前にひとくちそのままでお米の味を味わってください。いつも給食で使っているのはコシヒカリなので、いつものお米との違いがわかりますか。



きょう きゅうしょくひとくち 12/8(火)今日の給食一口メモ

きょう 今日のはとくちメモは、「骨まで食べられるししゃも」についてです。

きょう 今日「ごはん献立の日」です。日光市の栄養士さんで献立を決めて、成長期のみなさんが元気にすくすく育ってくれることを願って、カルシウムの多い献立を心がけています。今日は「ししゃもフライ」ですね。ししゃもは多くが干物として売られていますが、骨まで丸ごと食べられるので、カルシウムがとりにくく、成長期に食べてほしい食品です。一般的に売られているのは「からふとししゃも」という種類で、今日のししゃもフライも「からふとししゃも」です。

からだ えいよう 体の栄養になるように、よくかんで
あじ 味わって食べましょう。

