

# 給食News

<http://www.town.ibaraki-yachiyo.lg.jp/kouhou/kyusyoku/k-news.html>

平成29年度5月1週  
八千代町立学校給食センター発行



がつぶつ か かようび こんだて  
5月2日 (火) の献立

ごはん お茶ふりかけ

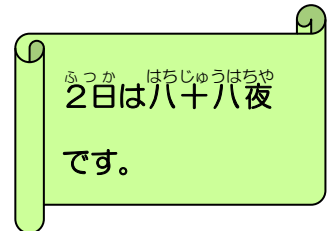
ぎゅうにゅう  
牛乳

て や にくだんご  
照り焼き肉団子

きりほしだいこん にもの  
切干大根の煮物

とうふ みそしる  
豆腐とわかめの味噌汁

ひ  
こどもの日メロンゼリー



ふつか はちじゅうはちや  
2日は八十八夜  
です。



ふつか かようび きゅうしよく ひ はちじゅうはちやこんだて  
2日(火)の給食は、「こどもの日&八十八夜献立」です。

5月に入り新緑がさわやかな季節になりましたね。今日は、その新緑をイメージしたデザートとして、メロンゼリーができます。メロンのさわやかな風味を味わってみてください。

ことし がつぶつ か はちじゅうはちや ちゃ  
今年の5月2日は「八十八夜」なので、“お茶ふりかけ”にしました。

「八十八夜」は、立春から数えて八十八日目にあたり、だいたい5月の今頃にあたります。この時期は春から夏に季節が移る節目の日で、新茶が収穫されます。八十八夜に摘み取られるお茶は、昔から縁起の良い物として大切にされているとともに、新茶のうまみもつまっています。

今日のふりかけにはお茶の葉が入っているので、食べると口の中にふわっとお茶の香りがします。季節の味わいを感じてください。

# 給食News

平成29年度5月2週  
八千代町立学校給食センター発行

<http://www.town.ibaraki-yachiyo.lg.jp/kouhou/kyusyoku/k-news.html>

がつようか げつようび こんだて  
5月8日(月)の献立

ごはん ぎゅうにゅう 牛乳

ハムカツ【ソース】

キャベツとわかめのサラダ【しお 塩ドレッシング】

やちよまちさん みそしる  
八千代町産かぶの味噌汁



ようか げつようび きゅうしよく ちさんちしょう やちよ ひこんだて  
8日(月)の給食は、「地産地消：八千代の日献立」です。

きょう きゅうしよく やちよまち さいばい ちょうない せいぞう  
今日の給食は、八千代町で栽培された「かぶ」・町内で製造している

みそ つか みそしる  
「味噌」を使った“かぶの味噌汁”です。

かぶは、ぜんこくかくち ひんしゅかいりょう かくち しゅるい  
かぶは、全国各地で品種改良されてきたので、各地にいろいろな種類の  
かぶがあります。ひがしにほん さいばい こ こま かにく  
東日本で栽培されている「小かぶ」はきめ細かく果肉が  
ま しろ あま しゅるい  
真っ白で甘みがある種類です。

やちよまち さいばい しろ あま  
八千代町で栽培されているかぶも、白くてみずみずしく甘みのあるかぶ  
です。じもと しゅうかく しんせん きゅうしよく とど  
地元で収穫される新鮮なかぶが給食センターに届けられていま  
す。

かぶといえは 漬物にすることも多いですが、あじ みそしる  
味にくせがないので味噌汁  
やスープにしてもおいしく食べられます。これからも、きゅうしよく やちよまち  
給食で八千代町  
のかぶをつかっていきますので、たの 楽しみにしててください。

小学校

5月18日（木）の献立

ホットドック

（コッペパン フランクフルト）【ケチャップ】

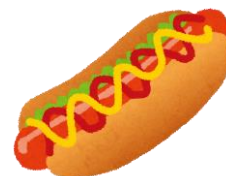
牛乳

キャベツときゅうりのサラダ

【サウザンアイランドドレッシング】

チャウダー

オレンジ



18日（木）の給食は、「世界の料理：アメリカメニュー」です。

ホットドックは、アメリカを代表するファストフードのひとつです。

パンにはさむだけで簡単に調理できることから、手軽に食べられる料理として人気があります。給食では、切れ目が入ったコッペパンにフランクフルトをはさんで、ケチャップをかけて食べてみてください。

オレンジは、アメリカのカリフォルニアやフロリダなどの産地で栽培されています。そのまま食べるだけでなく、ジュースに加工されることも多いです。今日はカットしたオレンジがでますので、上手に食べてみてください。さわやかな甘みが楽しめます。

また、「チャウダー」もアメリカの料理です。今日の給食を食べて、アメリカの気分を味わってみてくださいね。

がつ 5月23日 (火) の献立

ごはん 牛乳

根菜入りいわしフライ

豚キムチ炒め

新じゃがの味噌汁

ヨーグルトレーズン



23日(火)の給食は、「よくかんで食べよう!カミカミ献立」です。

今日は、みなさんによくかんで食べてもらえるように、料理に工夫を  
しています。たとえば、フライの中にごぼう・れんこんなどの野菜を入  
れて食感を良くすることで、かむ回数を増やすようになっています。

ごぼうのように土の中で育つ野菜は「根菜」と呼ばれ、食物繊維が  
多く含まれるので、他の食材に比べてかみごたえがあります。根菜の  
ように歯ごたえがあり、すぐに飲み込めない食材を取り入れることで、  
かむ回数が増えます。

また、レーズンのように乾燥させた食品も、水分が抜けているので  
生の時よりもかむ回数を増やすことができます。給食では、軟らか  
いものばかりでなく、かみごたえのある食材も組み合わせていますの  
で、みなさんもよくかむことを意識して食べてみてください。