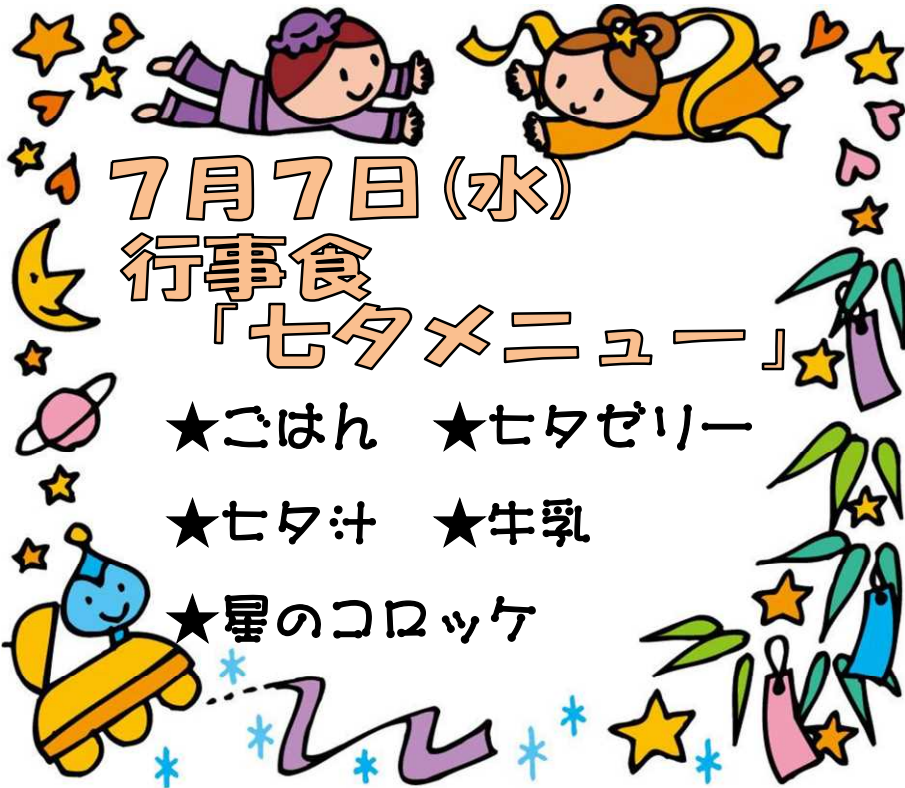




室蘭市学校給食センター



日本の行事

七夕



七夕は、別名「笹の節供」「星祭り」といわれ、昔から日本で大切にされてきた行事のひとつです。七夕に食べる行事食は「そうめん」です。天の川や、おりひめの織る糸に見立てられ、千年前の平安時代から食べられてきました。七夕に食べるそうめんには、病気や災いが起こりませんように、勉強や習い事が上達しますように、などの願いが込められているといわれています。

給食では、ライスパスタを『天の川』に見立てた『七夕汁』や、星の形をした『コロッケ』、七夕の夜空をイメージした『ゼリー』が出ます。七夕汁に、星形のにんじんが入っていたら、願い事が叶うかも★

2021年度テーマ

給食で世界を巡ろう！

第4弾 フランス



7月12日(月)

- ☆ソフトフランスパン ☆ラ外ウイユ ☆リヨネーズポテト
- ☆シュークリーム【イチゴ味】 ☆牛乳

給食で世界を巡ろう！第4弾はフランスです。フランスの首都であるパリは、「芸術の都」、第二の都市リオンは、「美食の都」と呼ばれるように、芸術や食の文化が発展しています。特に、食に対する意識が高く、ほかの国と比べて食事にかかる時間が長いのも特徴です。また、家族と一緒に食事をするをとても大切にして、楽しく食べることがマナーとも言われています。

今回の給食では、フランスの主食である「パン」、南フランスの郷土料理で、夏野菜を煮込んで作る「ラ外ウイユ」、リオン地方の郷土料理で、じゃがいもを使った「リヨネーズポテト」、フランス菓子の「シュークリーム」が登場します。お楽しみに★



Bonjour!
(こんにちは)

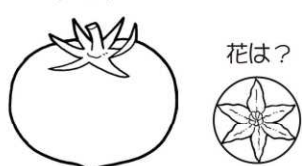


ミネラルたっぷり！ 19日(月)夏野菜カレー

夏野菜は、水分たっぷりでみずみずしく、ほてった体を冷やす効果があります。ミネラルたっぷりの夏野菜カレーを食べて、暑い夏を元気に乗り切りましょう！

カレーに入っている夏野菜

トマト



真っ赤な色には栄養成分(リコピン)がたっぷり。老化を防止したり、病気を予防したりする働きがあります。

なす



鮮やかな紫色の皮には、抗酸化成分のナスニン(ポリフェノールの一種)が多く含まれています。

ピーマン



独特の香りと苦みがあり、ビタミンCが多い野菜。赤や黄色のカラフルなピーマンは甘みがあるのが特徴。

夏野菜を

たくさん食べよう

