

School Lunch News

2025.6.9

カレー肉じゃが

今日の献立

ごはん(大わん内ピンク)

ひじきのふりかけ(大わん内ピンク)

カレー肉じゃが(大皿)

青菜のみそ汁(小わん)

牛乳

給食室より

ごはん
④
ふりかけ



日本では昔から海藻を食べてきました。それは、味が美味しいというだけでなく、栄養的に必要だったといわれています。

日本の土はカルシウム質が少なく、水、農作物だけでは十分なカルシウムを補給することが出来ませんでした。(欧米等では、水や農作物にカルシウムが充分含まれています)

そこで、昔の人は海からの収穫物でカルシウム不足を補ってきました。内陸部では新鮮な魚貝類の入手が難しく、保存に適した海藻が食べられるようになったといわれています。

今日の給食ではひじきを使っています。食べやすくふりかけにしました。よく噛んで食べましょう！