

7月19日(火)

みやっこ
宮っ子ランチ なつ 夏

ミヤリーちゃんの
マスカットゼリー



からしあえ



みやっこランチ
ぎょうざ

じゅうろっこごはん

おいちょうじ

きょうのひとくちメモ

へい わ ね が おお こんだて
平和を願って大いちょう献立・・・

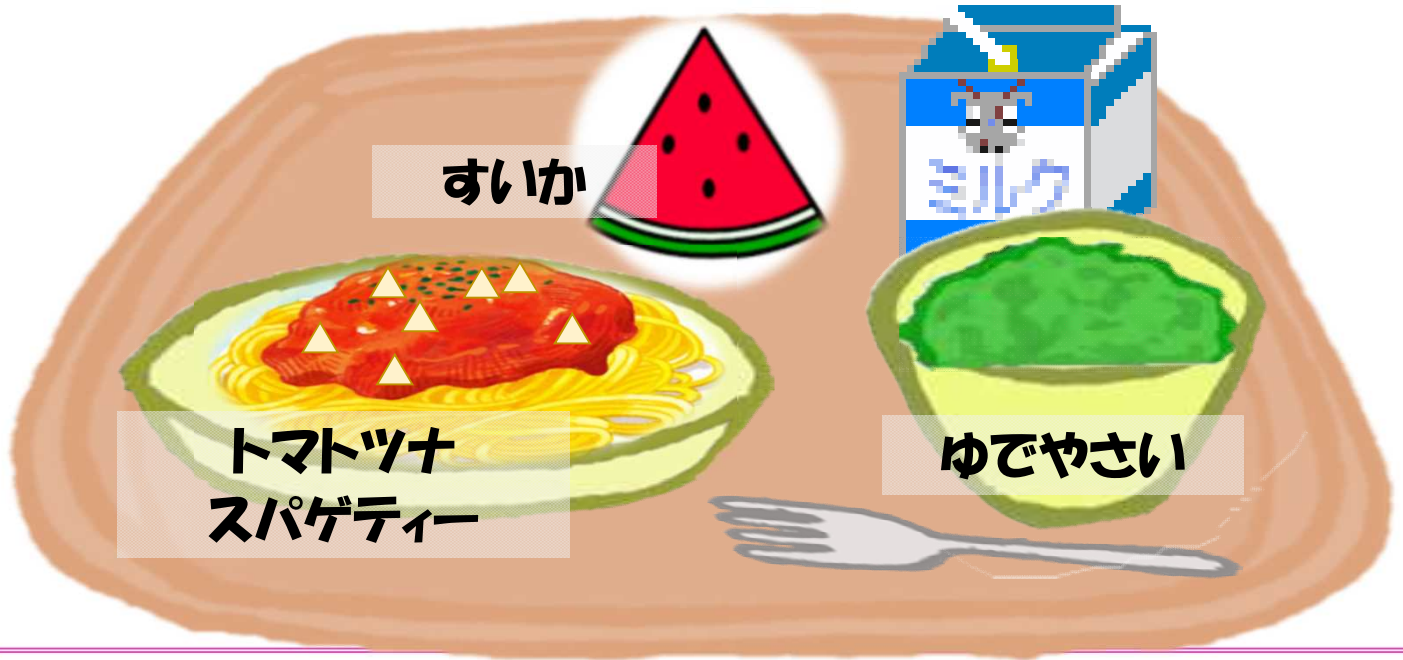
たいへいようせんそうまっき べいぐんき ぐうしゅう う うつのみやし しがいち
太平洋戦争末期に米軍機により空襲を受けて宇都宮市の市街
地の大はんがしょうしつしてしまいました。大いちょう献立は、戦後、
ひとびとがたくましくいきむいてきたことにほこりをもち、じぶん
がんばろうといういよくをもたせるこんだてです。

うつのみやしやくしよまえ おお き ぐうしゅう くら
宇都宮市役所前にある大いちょうの木は、空襲で黒こげに
なったにもかかわらず、
つぎ とし みどり め めぶ
次の年には、緑の芽が芽吹いた
ことからふっこうのシンボルとして
たいせつ大切にされています。

し うつのみや
宇都宮を知り、宇都宮を
ささ ひと
支えていける人に
なれるようがんばりましょう！



7月20日(水)



きょうのひとくちメモ

すいか...



夏の風物詩といわれるすいかを今日の給食に取り入れました。

すいかの生産量が多いのは、熊本県、千葉県、山形県です。

日本に出回っているすいかの種類は、20種類ほどで皮の色や中の実の色、形、大きさなどの違いがあります。

ずっしり重く、ぱりっと割れる甘いすいかは、暑い夏にぴったりです。



大玉すいか

日本で流通しているすいかの主流です。重さは5〜8kgと大玉で球形。緑色と黒色のしま模様で果肉が赤色のものがほとんどで、果肉にシャリ感があり、甘味に富みます。現在流通している主な品種には、「関ばやし777」、「紅大」、「富士光」、「真王系」などがあります。

小玉すいか

形状や果皮の色やしき模様は大玉すいかと変わりませんが、重さは1.5〜2kgの小型品種です。早生で甘味が強く、果皮が薄いのが特徴です。現在流通している品種には、赤肉の「紅こたま」、黄肉の「黄こたま」のほか、果肉が極くすれにくい「サマーキッス」、「関甘糖」、「ひとりじめ」などがあります。主産地は茨城県や群馬県、千葉県ですが、東北、北海道、九州と全国的に広がっています。

黄肉すいか

果肉が鮮やかな黄色をした品種です。上品で際かな風味がありますが、出回り量は少ないです。形状は大玉のほかにも、小玉やクラブボール型のものもあります。

黒皮すいか

果皮が黒色で果肉は鮮やかな赤色をした品種です（果肉が黄色のものもあります）。独特の食感と甘味があり、比較的に持ちが長いのが特徴です。東洋アジアではよく見られ、日本でも限られた地域でわずかに栽培されており、北海道当麻の「でんすいか」や鹿児島県の「へそすいか」などがあります。

黄皮すいか

果肉が赤く、果皮が黄色の珍しい品種です。実際の栽培は少ないです。

7 月 21 日 (木)

にほんさんけい ひきゅううしょく

日本三景の日給食

ずいきのたいたん



あなごめし



ささかまぼこの
いそべあげ



あおごじる

きょうのひとくちメモ



日本三景の場所

日本三景の日...

1634年に儒学者の林春斎が日本の素晴らしい景色を本に紹介したことが日本三景の始まりといわれています。日本三景とは、広島県の宮島、京都の天橋立、宮城県の松島です。この日本三景の生みの親である林春斎の生まれた7月21日が日本三景の日となりました。

今日の給食では、宮島のある広島県の郷土料理

「穴子めし」と天橋立のある京都の郷土料理である「ずいきの炊いたん」そして松島のある宮城県の郷土料理である「笹かまぼこの磯辺揚げ」と「呉汁」を合わせた献立にしました。



波おだやかな瀬戸内海に、立つ色鮮やかな大鳥居。安芸の宮島は信仰の歴史が語る景勝地です。

宮島
広島県宮島市



日本海をのぞむ丹後の島に横たわる天地を繋ぐ架け橋。天橋立は先人たちの想いを今に伝える奇蹟です。

天橋立
京都府宮津市



平安の世から美しさで人々を魅了し続ける松島湾。260の島は、そつと大地と海のファンタジーを見せつけます。

松島
宮城県松島町

7 月 22 日 (金)

ひ きゅうしょく

ワンピースの日給食

バラティエの
かいせんぴらフ

おたのしみ
デザート

ぎょうざのかわでピザ

ちゅうかふう
やさいスープ

きょうのひとくちメモ

ワンピースの日…

みなさんにお馴染みの漫画「one-piece」の連載が始
まった今日7月22日がワンピースの日になりました。

漫画は日本が誇る文化です。今日はそんなワンピースの
日を受けて、5巻でサンジが敵であるギンに食べさせてあ
げる海上レストラン「バラティエ」の海鮮ピラフを再現し
てみました！

明日から夏休み…生活リズムを変えずに、牛
乳は毎日飲み、野菜をしっかりと食べ、肉と魚を交互に食べ
るようにしましょう。みなさんにとって、1か月の成長は
とても大きなものです。毎日しっかりと食べて、8月30日に
元気に登校する姿を楽しみにしています。