

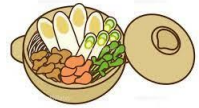
11月

給食だより



1 1月の給食目標「郷土の味にふれよう」

郷土料理とは、ある一定の地域でとれる魚や野菜、肉などを使い、風土にあった地域独自の調理法でつくられ、昔から伝えられてきた料理のことを意味します。日本は南北に長く、森、山、川、そして海などの自然に恵まれ、四季があります。そのため、全国各地に個性あふれる郷土料理が存在しています。



～郷土料理の紹介～

- ★京都府 千枚漬け・・・ 聖護院大根や酸茎菜などの京都の伝統野菜を素材の味を生かした薄塩で漬ける京都の郷土料理です。
- ★宮崎県 呉汁・・・ 一晩水に浸けた大豆をたっぷりの水で生臭みが取れるまで煮て、すり鉢やミキサーなどでなめらかな「呉」をつくり、鍋に入れて具材とともに煮たてる郷土料理です。
- ★福岡県 がめ煮・・・ 鶏肉や根菜を中心とした野菜を油炒めしてから煮た煮物で、九州北部地方（旧筑前の国）の郷土料理です。
- ★石川県 めった汁・・・ さつまいもや大根、人参といった根菜類を使った具だくさんの豚汁のこと。従来の豚汁と異なるのは、じゃがいもではなくさつまいもを使います。
- ★山梨県 ほうとう・・・ 小麦粉を練った生地で作った幅広の太麺をたくさんの野菜と一緒に味噌仕立ての汁で煮込んだ郷土料理です。
- ★北海道 鮭のちゃんちゃん焼き・・・ 鮭などの魚を野菜や山菜と一緒に鉄板で蒸し焼きにした郷土料理です。
- スープカレー・・・ 通常のとろみのついたルーカレーとは異なるサラサラしたスープ状のカレーです。
- ★秋田県 きりたんぼ鍋・・・ 炊いたご飯をすり潰して木の棒に棒状に塗りつけて焼いたものを地鶏、ねぎ、きのこ、ごぼう、せりなどを入れた鶏がらのスープで煮込んだ鍋料理で、秋田県北部の郷土料理です。

※11月の給食で出る郷土料理です。





「渋谷ワンダフル給食プロジェクト」
動画がアップされています！

11月11日（木）

- ・ごはん
- ・松阪ポークヒレカツごまだれソース
- ・キャベツのゆかり和え
- ・豚汁
- ・牛乳

★ヒレカツと豚汁に松阪ポークを使用し
ボリューム満点なメニューになっています。

11月29日（月）

- ・鶏肉のチリソース丼
- ・くらげときゅうりのごま酢和え
- ・チンゲン菜と春雨のスープ
- ・牛乳

★ヤングコーンや野菜と和えた鶏肉のチリ
ソースでご飯が進むこと間違いなしの丼
メニューです。
★コリコリした食感のくらげときゅうりの
さっぱりした和え物です。

給食に込められてる思い

給食は、成長期のみなさんの発達のために、
栄養バランスのよい豊かな食事となるように
献立を考えています。また、地場産物を活用
したり、地域の郷土食や行事食を出したりす
ることで、地域の文化や伝統についても学ん
でほしいと思っています。