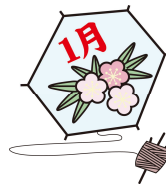


給食センターからこんにちは
1月の中学校の献立より...

毎月19日は
「食育の日」



☆平成25年1月18日(金)の給食紹介☆

中学校 エネルギー:843kcal たんぱく質:30.2g

★ご飯

☆天ぷら(天つゆ)
(ししゃも・かぼちゃ)

★大豆の磯煮

☆けんちん汁

★牛乳

神奈川県
郷土料理

神奈川県の紹介

農地面積は、県全体の約9%しかありませんが、限られた農地でいろいろな作物を工夫して育てています。中でも大根、きゃべつの生産量は全国規模を誇ります。

郷土料理には、けんちん汁、サンマーマン、海軍カレー、(生)しらす丼、へらへら団子、かんこ焼きなどがあります。

全国おいしいもの巡り～神奈川県～

第9弾として、神奈川県のお郷土料理「けんちん汁」の登場です。給食では、おなじみのメニューです。

「けんちん汁」は、神奈川県鎌倉市にある建長寺発祥の精進料理です。大根、にんじん、ごぼう、里芋、こんにゃく、豆腐をごま油で炒め、しょうゆで味を調えたすまし汁です。建長寺のお坊さんが作っていたため、「建長汁」がなまって、「けんちん汁」になったそうです。

精進料理なので、本来なら入らないのですが、給食では鶏肉を加えたけんちん汁にしました。また酒々井町とのコラボレーションとして、酒々井町でとれた大根とごぼうが入っています。

けんちん汁には、野菜がたくさん入っているので、からだの調子を整えてくれるビタミンCやミネラル、おなかの掃除をしてくれる食物せんいが入っています。

モリモリ食べて、寒さや風邪などに負けない元気なからだを作りましょう。

