



4月の中学校の献立より…

☆平成27年4月17日(金)の給食紹介☆

中学校 エネルギー:826kcal たんぱく質:28.5g 脂質:22.2g 塩分:3.1g

★主食: ご飯

☆主菜: ぶりのおろし煮

★副菜: さつまいもの揚げ煮

☆汁物: 酒々井味噌の呉汁

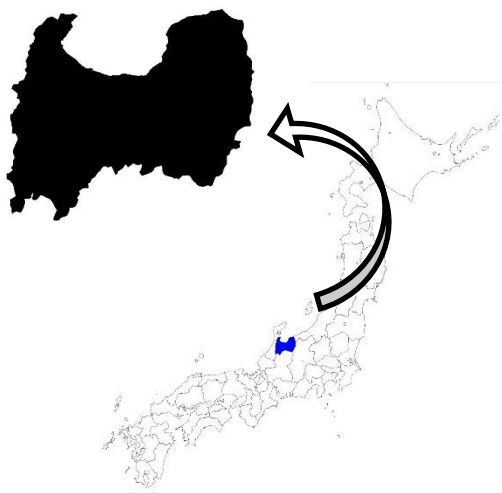
★飲み物: 牛乳

～毎月19日は「食育(19)の日」～

私たちの健康を支えているのは、毎日の食事です。間違った食事を続けていると病気のもとになってしまいます。

そこで、いつまでも元気で、健康でいられるように食について考えたり、学んだりする「食育」が大切になります。みなさんが大好きな食べることから、まずは楽しく、おいしく、そして元気になれる、そんな「食べ物」の話を、これから給食や授業で学んでいきましょう。

富山県



全国おいしいもの巡り～富山県～

昨年につき、毎月19日の「食育の日」には、「全国おいしいもの巡り」として、日本各地の郷土料理や特産物を紹介していきます。郷土料理とは、日本各地に古くから伝わるふるさとの料理のことです。その地域でとれる食材を利用して、おいしく食べるための工夫がされています。今年度の第1回目は、「富山県」です。

～富山県のおいしいもの紹介～

富山といえば、日本海に面し、豊かな漁場と立山連峰に挟まれた自然豊かな県です。富山湾では、新鮮な魚介類が豊富です。そこで富山県の郷土料理として選んだのが「ぶりのおろし煮」です。

★ぶりのおろし煮

富山県の方言で「きときとな」(「新鮮な」の意味)のぶりとはいきませんが、ごはんのおかずにとぴったりの料理です。

★呉汁

大豆をすりつぶした汁を「呉(豆汁)」といい、富山県だけでなく、日本各地に伝わる料理でもあります。大豆の収穫量の1位は北海道ですが、富山県もベスト10に入る収穫があります。

ぶりのおろし煮



呉汁