



6月の小学校の献立より…

☆平成29年6月19日(月)の給食紹介☆

小学校 エネルギー:615kcal たんぱく質:24.1g 脂質:17.1g 塩分:3.9g

- ★主食：わかめご飯
- ☆主菜：豆腐ハンバーグおろしソース
- ★副菜：おひたし
- ☆汁物：酒々井味噌のけの汁
- ★デザート：牛乳プリン
- ☆飲み物：牛乳

～青森県の食べ物クイズ～

青森県の郷土料理にある食べ物は、次のうちどれでしょう？

- ①りんご煮 ②いちご煮 ③みかん煮

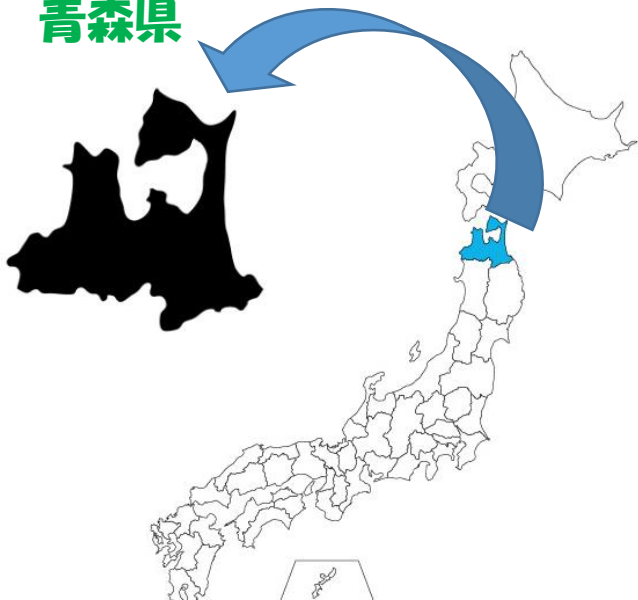
全国おいしいもの巡り～青森県～
～青森県のおいしいもの紹介～

★けの汁

青森県の津軽地方に古くから伝わる郷土料理、「けの汁」です。名前の由来は、白いお粥にそえて食べる汁、また、お粥にかけて食べる汁という意味から、粥の汁がなまって、けの汁になったと言われています。

大根、にんじん、ごぼう、山菜、高野豆腐などが具材として入っています。野菜や豆製品が入るので、たんぱく質、カルシウム、鉄、ビタミン、食物せんいがたっぷりとあって、栄養バランスのとれた汁物と言えます。

青森県



酒々井味噌のけの汁

答え：②いちご煮

「いちご煮」は、青森県八戸市周辺に伝わる郷土料理です。「いちご」と言っても果物のいちごが入っているわけではなく、八戸でとれる「ウニ」と「アワビ」が入った汁物です。赤みが強いウニが、野いちごの果実のように見えることからこの名がつけました。高級食材を使った汁物です。

