



11月の中学校の献立より...

☆平成27年11月25日(水)の給食紹介☆

中学校 エネルギー:840kcal たんぱく質:37.6g 脂質:20.6g 塩分:3.1g

- ★主 食: ご飯
- ☆主 菜: さけの焼き漬け
- ★副 菜: きりざい
- ☆汁 物: スキー汁
- ★飲み物: 牛乳

全国おいしいもの巡り～新潟県～

11月は「新潟県」を紹介します。新潟県は日本有数の豪雪地帯です。日本一といわれるコシヒカリをはじめ、美味しい食べ物の宝庫です。

～新潟県のおいしいもの紹介～

★きりざい

漬物や野菜と一緒に納豆を和えて食べる郷土料理です。納豆が苦手な人でも、他の食材と一緒に混ぜることでサラッと食べることができます。もちろん栄養も満点です。

★スキー汁

新潟県上越市にある金谷山、オーストリア軍人シルヒ少佐が、日本で初めてスキー術を伝えた地です。スキー汁は、スキーの訓練時に出された「さつま汁」のような味噌汁が原点の伝統食です。

～新潟県の特産品クイズ～

新潟県は日本一の米どころです。では、お米から作られるお菓子は次のうちどれでしょう？

- ① せんべい
- ② ケーキ
- ③ アイスクリーム



答え・①②③全部

日本人の主食である米は、いろいろなものの原料となっています。せんべいはもちろん、最近では米粉で作ったケーキや、お米のアイスクリームもあるんですよ。



スキー汁