

1月の中学校の献立より...

☆平成27年1月19日(月)の給食紹介☆

中学校 エネルギー:828kcal たんぱく質:31.4g 脂質:22.0g 塩分:2.6g

- ★主食：ご飯
- ☆主菜：厚焼き玉子・納豆
- ★副菜：煮合い
- ☆汁物：めっぺ汁
- ★デザート：りんご
- ☆飲み物：牛乳

全国おいしいもの巡り～茨城県～

毎月19日の「食育(19)の日」に実施している「全国おいしいもの巡り」。1月は第9弾として、「茨城県を」特集しました。

～茨城県のおいしいもの紹介～

★煮合い

水戸市に伝わる郷土料理で、特産物のごぼうやれんこんを使います。お正月やお祝い事など人が集まる時に欠かせない料理です。殺菌作用のある酢が少し入ることも特徴で、腐りにくくするという昔の人の知恵が伺えます。

★めっぺ汁

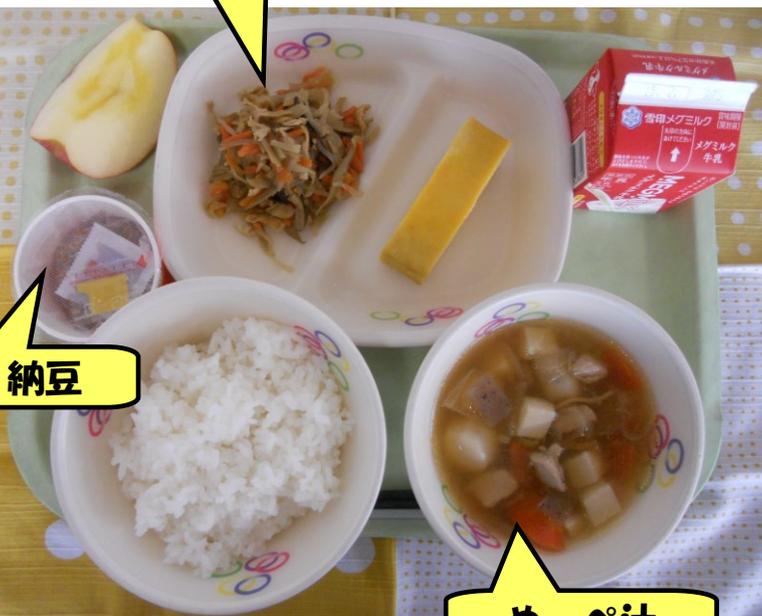
もともと「のっぺい」と呼ばれ、里芋などを使ってぬるっとした感触のある煮込み汁なので、「ぬっぺ」と名付けられたといわれています。茨城県のめっぺ汁は、するめでだしをとるのが特徴的です。

茨城県納豆クイズ

茨城県と言えば、「納豆」が有名です。水戸駅が開業した1889年(明治22年)、お土産用にワラに包んだ納豆を「水戸納豆」として販売したところ、これが観光客の人気を呼び、全国的に有名になりました。では次のうち、実際にお土産としてあるものはどれでしょう？

- ①納豆ふりかけ
- ②チョコレート納豆
- ③納豆あめ

煮合い



納豆

めっぺ汁



茨城県

答え：全部
ほかに、納豆アツク(乾燥させ
た納豆のアツク菓子)、納豆茶漬け、
納豆せんべいなど、さまざまなものに
加工されています。