食育だより 1月 長



♡♪♡ 21~25日は給食週間です

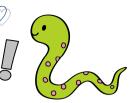
、秋田

福島

栃木

群馬

長野





北海道「さけのちゃんちゃん焼」

鮮をたっぷりの野菜とみそで 蒸し焼きにします。

新潟県「のっぺ」

お正月に食べる郷土料 [®]理です。さといもの「ぬめり」 と見样のだしがポイント!

富山

石川

和歌山

宮城県「おくずかけ」

「うーめん、野菜、まめふ、 神揚」を煮込んだしょうゆ味の を使いました。

岩手県「すきこんぶのにつけ」

三陸地方の名産品「すきこんぶ」

は、こんぶを驅動りにして、枠に入

れて乾燥させて作ります。のりに似

ていますね。きれいな深緑色で、

からだ 体によい食品です。

茨城県「そぼろなっとう」

「なっとう」+「きりぼしだいこん」のあ えものです。歯ごたえがよくおいしいです!

千葉県「いわし(いわしのレモン煮)」

日本一いわしが取れる港、銚子港が あります。

静岡県「さくらえびのかきあげ」

天然のさくらえびは、日本では駿河湾でしか 取れません。 名前のとおりきれいな 製色です。

東京都「ちゃんこ」

すまえへを 相撲部屋でよく食べる鍋物です。 白星 (勝利の 数)を連想させるので、肉団子を入れます。

大阪府「おだまきむし」

うどんが入った茶わん蒸しです。大阪府 大阪市中央区(船場)生まれの料理です。

山口県「はすのさんばい」

れんこんのごますあえです。甘酸っぱい味と、れん こんのカリカリカが感がおいしさのひみつ。れんこんは荒が崩いているので、「羌が見える」「見通しがよい」と いわれ、お正月によく食べる食材です。

長崎県「サバ」

サバの漁獲高日本一!10~2月に 取れる 1匹400g以上の大きなサバは 「ときサバ」と呼ばれ、有名です。

熊本県「タイピーエン」

ちゃんぽんのめんが養繭 になった、という説明が 一番分かりやすいでしょう か。野菜たっぷりのヘルシ ーなスープです。



山山

平成22年産で、愛媛県の いよかん繁賞シェアは 90.1%!

香川県「しっぽくうどん」

讃岐うどんが有名な香川県で は、家庭でもうどんをよく食べま す。婦仕事の合間に手草く食べ られるように、季節の野菜と、う どんを養気みます。

愛媛県「いよかん(ゼリー)」

島根