

お皿の位置に注意しよう!



食材名	産地名
わらさ	青森
ぶたにく	埼玉
しょうが	高知
ごぼう	埼玉
にんじん	北海道
じゃがいも	北海道
れんこん	茨城
だいこん	青森
しめじ	長野
こまつな	東京
ながねぎ	栃木

一汁二菜とは、ごはんには汁物とおかず2品が献立になった、昔からある和食のかたちです。ちなみにおかずが3品だと一汁三菜となります。

今日の給食は「ごはん」に「わらさの照り焼き」と「五目きんぴら」「いなか汁」の“一汁二菜”和食献立です。
 「わらさの照り焼き」の『わらさ』とは、“ぶり”の成長段階の呼び名のひとつです。“ぶり”は育つ大きさと呼び名が変わる出世魚で、その呼び名は地域によって違うようです。関東では、モジャコ(稚魚)→ワカシ(35cm以下)→イナダ(35-60cm)→★ワラサ(60-80cm)→ブリ(80cm以上)と呼び名が変わるそうです。
 “ぶり”は冬が一番おいしくなる旬を迎えるのに対し、『わらさ』は一足早い秋に脂が乗りおいしいとされています。
 『わらさ』のように旬の食べ物はおいしいだけでなく、栄養もたくさんあるので、今日もしっかりと食べてくださいね◎