

さら いち ちゅうい
お皿の位置に注意しよう!



食材名	産地名
ぶたにく	埼玉・群馬
しょうが	高知
たまねぎ	北海道
にんじん	北海道
じゃがいも	北海道
もやし	栃木
こまつな	東京
キャベツ	東京
えのきたけ	新潟
ほししいたけ	大分・鹿児島
ひじき	長崎

今日の給食は「ごはん」に「和風ミートローフ」と「和風ドレッシングサラダ」「みそ汁」の栄養満点❀一汁二菜献立です。

「和風ミートローフ」は名前の通り、洋風の『ミートローフ』を白いごはんに合うよう和風にアレンジした一品です。

そもそも『ミートローフ』とは、ハンバーグのようにひき肉をこねて作った生地を四角い型に詰めたり、大きな塊にしてオーブンで焼いた、アメリカの代表的な家庭料理のひとつです。ちなみに“ミート”は肉という意味ですが、“ローフ”には【塊】という意味があり、大きく作ってから切り分けて食べる料理によく使われる言葉でもあるそうです。

また、今日の「和風ミートローフ」はひき肉の他に豆腐やひじきなどの和の食材やみそやしょうゆなど和の調味料を加え、作っているので、栄養もたっぷり、皆さんの口にも合いやすい味付けになっています。

来週も元気いっぱい！楽しい学校生活が送れるよう、今日もモリモリとたくさん食べてくださいね😊