

1月21日(月)

今日の給食

★今日の食材の産地★

お皿の位置に注意しよう!



食材名	産地名
ぶり	北海道
しょうが	高知
にんじん	千葉
たまねぎ	北海道
ごぼう	埼玉
れんこん	茨城
しめじ	長野
さやいんげん	沖縄
だいこん	東京
こねぎ	佐賀
キャベツ	愛知
もやし	栃木
こまつな	東京
わかめ	岩手

今日の給食は「かやくごはん」に「ぶり大根」と「和風ドレッシングサラダ」「みかん」の栄養満点旬メニューです。

「かやくごはん」とは、いわゆる炊き込みごはんのことですが、もともとは関西地方で精進料理として食べられていた米料理のひとつだそう。また、『かやく』は漢字で“加える薬”と書き“加薬”と読むそうで、漢方薬の効果を高めるために加える補助的な薬という意味があったことから、料理に加える薬味的な役割をするものを『かやく』と呼ぶようになったそう。

ちなみに、関西では「かやくごはん」と呼ぶものでも、関東では「五目ごはん」や「炊き込みごはん」などと呼ばれるのだとか・・・。

「ぶり大根」は名前の通りぶりと大根を一緒に煮た、今の季節にピッタリの料理です。特にぶりは冬になると脂がのり、おいしさだけでなく栄養も増すので、しっかりと残さず食べてくださいね😊

まだまだ風邪やインフルエンザが大流行する時季なので、手洗いをしっかりとし、今週も元気な一週間をすごしましょう!