

平成 30 年 2 月 21 日 (水)

中央学校給食センター

【献立名】 金時にんじんのピラフ 牛乳 ポテトサラダ  
卵とレタスのスープ りんご



【ひとロメモ】

## 金時にんじんを味わおう

(食事と文化)

みなさんは、お雑煮やおせち料理などに入っている鮮やかな赤色のにんじんを見たことがありますか？それが金時にんじんです。ふだん食べることの多いオレンジ色の西洋にんじんに比べ、色が赤く、甘くてやわらかいのが特徴です。香川



県は金時にんじんの生産量が、全国1位で、坂出市や観音寺市でたくさん作られています。

今日は、金時にんじんをピラフの中に入れてあります。ポテトサラダと卵とレタスのスープに入っているのは、西洋にんじんです。色の違いを確かめながら、味わって食べましょう。

【献立名】

いりこめし 牛乳 納豆入りかきあげ 白菜の昆布あえ 月菜汁



【ひと口メモ】

## 「いりこめし」について

(食事と文化)

いりこめしは、香川県を代表する郷土料理の一つです。瀬戸内海では、「かたくちいわし」がたくさんとれ、これをさっとゆでて、干して作った「いりこ」が有名です。特に山間地では、鮮魚より扱いやすかったため、重宝されていたようです。

この「いりこ」と、季節の野菜を、しょうゆ味で炊きこんだものが、「いりこめし」です。いりこのだしがよく出て、さっぱりとした味が特徴です。いりこ漁の盛んな三豊地区では、今も家でよく作られているそうです。

昔から伝わる郷土料理を、味わっていただきましょう。

平成 30 年 2 月 21 日 (水)

飯山学校給食センター

【献立名】

キムチごはん 牛乳 白身魚の香味揚げ  
もやしのナムル トック入りわかめスープ  
豆乳とココアのマフィン

《今日の丸亀産の食材》  
米・にんにく



【ひと口メモ】



## 韓国料理について

韓国は日本の隣にある国で、日本のお正月に欠かせない「おもち」は韓国でもたいへん親しまれています。韓国のおもちはうるち米を粉にしたものが代表的です。もち米で作られたおもちより、粘りや伸びは少ないですが歯切れがよく、煮込み料理や鍋料理に加えても煮崩れしにくい特徴があります。韓国語では「トッ」がおもちを意味し、「トック」は汁物のもちという意味になるようです。

今日は韓国のとうがらしを使った漬物のキムチが入ったキムチごはん、家庭料理のナムル、誕生日に食べるわかめスープにトックを入れています。