

10月18日(木)

もずく



もずくは、ホンダワラなどの海藻について育ちます。

「藻に着く」から「もずく」と呼ばれました。

※1~3月頃にとれます。
今日はジューシー(沖縄の炊きご飯)に入っています。

酢和えのパックが出回るようになって、よく食べられるようになりました。

一口メモ

クイズ13

ジューシーは、沖縄の料理です。つぎのうち給食に登場する沖縄料理はどれでしょうか。

- ① にんじんしりしり ② ジーマミードウふ ③ ソーキ汁

○今日は「もずくとぶたひきにくのジューシー」です。

ジューシーは、おきなわ県のたきこみごはん、ぞうすいのことです。

給食では、おきなわ県でとれたもずくと、ぶたひきにく、にんじん、えだまめ、切りこんぶを豚骨スープでうまみを増して、あまからく味つけした具をごはんとませました。

○給食では、おきなわ県の料理を取り入れています。今月の25日には、「ソーキ汁」ができます。ソーキとは、ぶたのあばら肉のことです。

おきなわ料理は、ぶた肉や海そう、とうふやおきわな県で作られたやさいを使った料理がたくさんあります。今日のジューシーにもうまみを出すために、切りこんぶを使っています。

【おまけクイズ】

つぎの料理のうち給食で登場するおきなわ料理は、どれでしょうか。

- ① ソーキそば ② チャンプルー ③ ラフテー



今週は、「食育週間」です。

食について考えましょう。

じゃがいも	北海道	にんじん	北海道	青ねぎ	徳島県
たまねぎ	北海道	かぼちゃ	北海道	しめじ	長野県

ごみの分別口普通ごみ…牛乳ストロー、袋

クイズの答え：③ おまけクイズの答え：②