

11月19日(木)

つくだ煮

つくだ煮は、大阪佃村(今の大阪市西淀川区佃)で作られていた小魚を煮たものが始まりと言われています。

今では、小魚やこんぶ、貝などのいろいろな材料を使ったつくだ煮が作られています。

今日は「のりのつくだ煮」が登場します。



「関東煮」は、「うずら卵」の個別対応対立です。

きょうのこんだて

ごはん
ぎゅうにゅう
かんとうに
はくさいのあますあえ
のりのつくだに

き おもにエネルギーのもとになる
ごはん
じゃがいも、さとう

あか おもにからだをつくる
ぎゅうにゅう
けいにく、うずらたまご
ごぼうひらてん、あつあげ
けずりぶし、きざみのり

みどり おもにからだのちょうしをととのえる
だいこん、にんじん
はくさい、しいたけ

クイズ13 のりは、何のなかまでしょうか。

① かいそう ② やさい ③ きのこ

今週は、「食育週間」です。
食について考えましょう。

一口メモ

○今日の副菜は「のりのつくだ煮」です。

つくだ煮は、今から438年前の1582年の本能寺の変のとき、徳川家康が堺(大阪)にいました。徳川家康が大阪から脱出するときに、お世話になった摂津国西成郡佃村(現在の大坂市西淀川区佃)から道中食べるものとしてもらった「小魚煮」が発祥とされています。

やがて佃村の漁民が江戸に移り住み江戸佃島でふたたび小魚を甘からく煮こんで保存食としたものが「つくだ煮」と名づけられて江戸市中に売りにだされて全国に広がりました。

○給食は、さとう、みりん、しょうゆで味つけしただしに、細かく切ったしいたけときざみのりを加えて、十分煮つめました。

【おまけクイズ】今日の関東煮に入っているごぼう平天は何から作られてるでしょうか。

① 肉 ② 魚 ③ とうふ



はくさい	茨城県	だいこん	神奈川県	こんにゃく(カット)	茨城県
にんじん	長崎県	じゃがいも	北海道	しいたけ(乾)	大分県

ごみの分別□普通ごみ…牛乳ストロー、袋

クイズの答え：① おまけクイズの答え：②