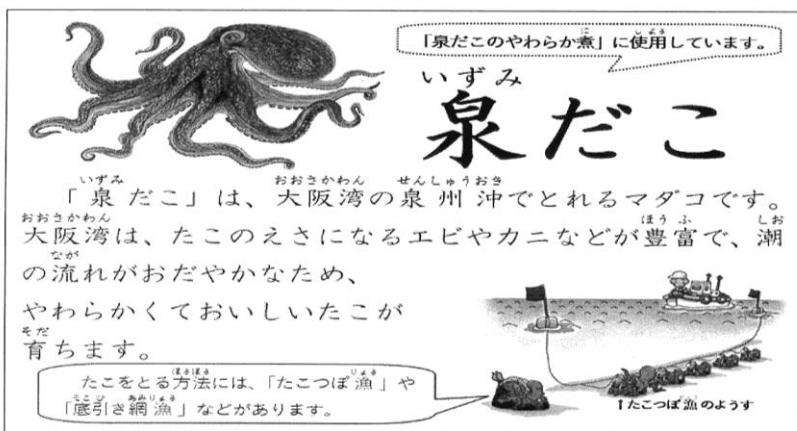


2月 26日 (金)



きょうのこんだて

ごはん
ぎゅうにゅう
いすみだこのやわらかに
みそしる
こまつなのにびたし

| | |
|-----|--|
| き | おもにエネルギーのもとになる ごはん、さとう さつまいも |
| あか | おもにからだをつくる ぎゅうにゅう、たこ うすあげ、あかみそ しろみそ、だしこんぶ けずりぶし、ぶたにく |
| みどり | おもにからだのちょうしをととのえる たまねぎ、にんじん あおねぎ、えのきだけ こまつな |

クイズ18 たこにいっている栄養素は次のうちどれでしょうか。

- ① タウリン ② タマリン ③ タコリン

一口メモ

○今日の主菜は「泉だこのやわらか煮」です。
今日の泉だこも近江牛と同じで、大阪府国産農林水産物学校給食提供事業を活用した食材です。

○泉だこは、大阪湾の泉州沖でとれるマダコです。大阪湾でとれるマダコは、「魚庭の海」といわれるほど、タコのえさとなるえびやカニが多く、潮の流れもおだやかなことから、やわらかくて風味のよい「魚庭のマダコ」が育ちます。
今から11年前の2011年に大阪府漁連が大阪湾泉州沖でとれるマダコをゆでたものを「泉だこ」として地域団体商標登録しました。泉だこは、「大阪産」です。

○大阪湾では、泉だこのほかにもイカナゴやサワラ、イワシシラス、マイワシ、クロダイマアナゴ、スズキ、マダイなど大阪湾自慢の魚があります。
○給食では、泉だこをさとう、料理酒、みりん、こいくちしょうゆを合わせて、焼き物機で90分間蒸しました。



大阪のイワシシラス

| | | | | | |
|-------|------|------|-----|-------|-----|
| さつまいも | 徳島県 | たまねぎ | 北海道 | こまつな | 福岡県 |
| にんじん | 鹿児島県 | 青ねぎ | 徳島県 | えのきだけ | 長野県 |