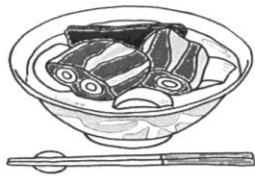


10月13日(水)

ソーキ汁

おきなわけん たいひょうてき りょうり
沖縄県の代表的な料理
です。正月などによく食べ
られています。



ソーキ汁は、ソーキとよばれる豚のほねつき
あばら肉とだいこん、こんぶなどをかつおだし
で煮こんだ汁ものです。

きょうのこんだて

ごはん
ぎゅうにゅう
けいにくのゆずしおやき
ソーキじる
ほうれんそうのおひたし

き	おもにエネルギーのもとになる ごはん、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、ぶたにく きりこんぶ、けずりぶし
みどり	おもにからだのちょうしきをととのえる たまねぎ、ゆず、にんじん だいこん、しろねぎ えのきたけ、ほうれんそう

クイズ8 給食にもでる沖縄料理は、どれでしょうか。

- ① ニンジンシリシリ ② ラフテー ③ ヒラヤーチー

一口メモ

今日の汁物は、「ソーキ汁」です。ソーキ汁は、
沖縄県の代表的な料理です。



ソーキは、ぶたのほねつきあばら肉のことです。

沖縄県では、ソーキ汁を正月など特別な日に

食べる料理だそうです。沖縄県では、ソーキのほかに、

だいこんやこんぶをかつおぶしのだしで煮こんでいます。



きりこんぶ

給食では、よくゆでて、

あぶらを落とした豚ばら肉を

けずりぶしでとっただしで、

だいこん、にんじん、こんぶ、

えのきたけを煮て、しお、しょうゆ等で味つけしました。



だいこん

給食では、沖縄県の料理をソーキ汁のほかにも出しています。来週の月曜日の

「もずくと豚ひき肉のジューシー」も沖縄県の料理です。ジューシーは、たきこみご

はんや雑炊です。7月にはゴーヤチャンプルーやもずく入りヒラヤーチーも出しました。

たまねぎ	兵庫県	にんじん	北海道	えのきたけ	長野県
だいこん	青森県	ほうれんそう	岐阜県	白ねぎ	北海道

ごみの分別 口普通ごみ…牛乳ストロー、袋

クイズの答え：③