

3月3日(木)

みそ

みそは、蒸した大豆に麹(原料に菌をつけて増やしたものと塩を加えて発酵させたものです。

みそマップ

白みそ(大豆+麦+こうじ)
赤みそ(大豆+麦+こうじ)
黒みそ(大豆+麦+こうじ)

☆ 麹の原料の違いで米みそ、麦みそ、豆みそに分けられます。

☆ 熟成させる時間によって色が変わり、白みそや赤みそなどの違いができます。

☆ 給食で使っている白みそと赤みそは、米みそです。八丁みそは、豆みそです。

きょうのこんだて

おさつパン
ぎゅうにゅう
けいにくのみそバターソース
ようふうに
デコポン

き	おもにエネルギーのもとになるおさつパン、さとう、バターでんぶん、じゃがいも
あか	おもにからだをつくるぎゅうにゅう、けいにく、あかみそ、はちちようみそぶたにく
みどり	おもにからだのちょうしをととのえるたまねぎ、キャベツにんじん、えだまめデコポン

クイズ3 今日(きょう)の給食(きょく)に出て(で)いるデコポン(てこぽん)の別(わか)の名前(なまえ)はなんですか。

- ① いよかん ② しらぬい ③ はっさく

一口メモ

○今日の主菜(しゅさい)は「けい肉(けいにく)のみそバターソース」です。

しおとワインで下味(したあじ)をつけたけい肉(けいにく)を230度の焼き物機(やきものき)で15分間(ふんかん)焼き



ます。焼きあがったけい肉(けいにく)に赤みそ(あかみそ)、八丁みそ(はちちようみそ)、

さとう、バター(など)等(つ)で作った(つく)ソースを(を)かけました。

バター(を)加(く)えることでコク(こく)と風味(ふうみ)をプラスしました。

○みそは、和食(わしょく)には欠(か)かせない調味料(たみりょう)です。みその材料(ざいりょう)は、だいず、

こうじ、しおです。こうじの力(ちから)でだいずを(を)発酵(はっこう)させます。

米(こめ)こうじを使(つか)ったみそは、米(こめ)みそとい(い)います。

全国(ぜんこく)では、米(こめ)みそが(が)多く(お)作(つく)られています。米(こめ)みそ

の中(なか)でも長(なが)い時間(じかん)か(か)けて熟成(じゅくせい)したみそは、から

め(め)の味(あじ)になり、赤(あか)みそとい(い)います。短(みじか)い熟成(じゅくせい)

期(き)間(かん)だとあまめ(め)の味(あじ)になり、白(しろ)みそとい(い)います。

給食(きゅうしょく)のみそ汁(じゅう)は、赤(あか)みそと白(しろ)みそを合(あ)わせて使(つか)っています。

八丁(はちちよう)みそは、だいずとしお(しお)だけで作(つく)られます。二夏(にが)二冬(にふゆ)(夏(なつ)と冬(ふゆ)を2回(2かい)過(か)ぐすこと)で2年(ねん)

以上(いじょう)熟成(じゅくせい)させて作(つく)られます。赤(あか)みそより(より)濃(こ)い色(いろ)をして(して)います。

むかしは、各(かく)家庭(かてい)でみそ(みそ)を作(つく)って(て)自(じ)分(ぶん)のみそ(みそ)が(が)おい(おい)しいと自(じ)慢(まん)して(して)いた(いた)ところ(ところ)から

「手前(てまえ)みそ」とい(い)う言(こと)ばも(も)でき(でき)ました。



赤みそ



八丁みそ

じゃがいも	北海道	たまねぎ	兵庫県	デコポン	和歌山県
にんじん	鹿児島県	キャベツ	愛知県	むきえだまめ(冷)	台湾

ごみの分別 □ 普通ごみ…牛乳ストロー、袋

クイズの答え：②