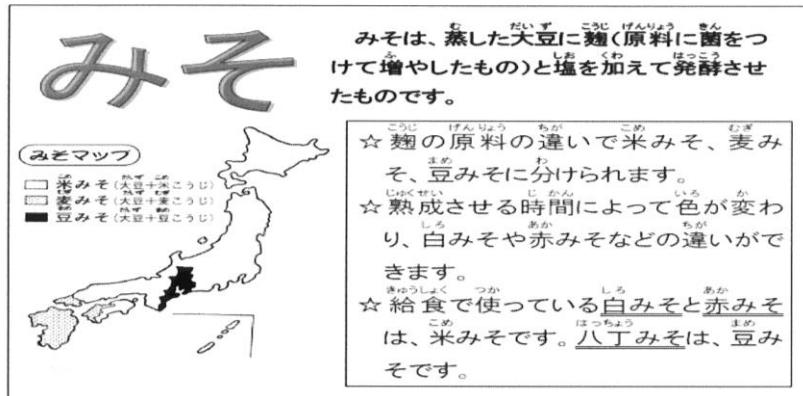


3月3日(木)



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、はっちょみそ 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 今日の給食に出てるデコポンの別の名前はなんでしょうか。

- ① いよかん ② しらぬい ③ はっさく

一口メモ

○今日の主菜は「けい肉のみそバターソース」です。

しおとワインで下味をつけたけい肉を230度の焼き物機で15分間焼き



ます。焼きあがったけい肉に赤みそ、八丁みそ、
さとう、バター等で作ったソースをかけました。
バターを加えることでコクと風味をプラスしました。

○みそは、和食には欠かせない調味料です。みその材料は、だいず、

こうじ、しおです。こうじの力でだいずを発酵させます。

米こうじを使ったみそは、米みそといいます。

全国では、米みそが多く作られています。米みそ

の中でも長い時間かけて熟成したみそは、から

めの味になり、赤みそといいます。短い熟成

期間だとあまめの味になり、白みそといいます。

給食のみそ汁は、赤みそと白みそを合わせて使っています。

八丁みそは、だいずとしおだけで作られます。二夏二冬(夏と冬を2回過ごすこと)で2年

以上熟成させて作られます。赤みそよりもより濃い色をしています。

むかしは、各家庭でみそを作っていて自分のみそがおいしいと自慢していたところから

「手前みそ」という言葉もできました。



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