

10月分の給食【10/1(水)～10/31(金)】

10月7日(火)

おおさか

しょくぶん

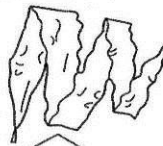
大阪の食文化

大阪は昔から、「天下の台所」といわれ、食文化の栄えた町でした。全国から様々な人と食材が集まるので、だれもが満足できるように、甘すぎず辛すぎず、濃すぎずうすすぎずという味を工夫してきました。

また、「始末」という考え方があり、食材のすべてを無駄なく使いきってこそその大阪料理といわれます。

粉食文化

この
お好み焼き、たこ焼きなど



こんぶ

良質のこんぶが大阪に集まり、こんぶをベースにした食文化が発達しました。

だしをとった後のこんぶは、つくだ煮や塩こんぶにします。

きょうのこんだて

おこのみやき

ぶたじる

きゅうりのしょうがづけ

ごはん

ぎゅうにゅう

あか	(おもにからだをつくる)
	ぎゅうにゅう・けいらん・かつおぶし(ふんまつ)・あおのり・ぶたにく・あかみそ・しろみそ・だしこんぶ・けずりぶし
き	(おもになつやちからのもとになる)
	ごはん・やまいもとろろ・ぎこ・サラダあぶら・さつまいも・さとう
みどり	(おもにからだのちょうしをととのえる)
	キャベツ・あおねぎ・たまねぎ・にんじん・みつば・えのきたけ・きゅうり・しょうが

クイズ 5 このやお好み焼きは、あづちももやまじだいせんりのききゅうつくやお好み焼きが、始まりだといわれています。「ふの焼き」

一口メモ

にはなにをぬっていたでしょう？

①酢

②みそ

③しょうゆ

○今日の給食には、「お好み焼き」が登場です。

作り方は、溶き卵に少量の水(1人10ミリリットル)を混ぜ合わせ、さらに、やまいもとろろ、小麦粉、塩、かつおぶし、青のりを混ぜあわせて生地を作ります。それに、荒みじんに切ったキャベツと小口切りにした青ねぎを混ぜます。



今日から、サンプルケースの飾りつけが変わりました。

それをホテルパンにひろげて、焼き物機で焼きます。それを1人1切れずつに切り分けてくださっています。トンカツソースをかけていただきます。

産地調べ

キャベツ	群馬県	たまねぎ	北海道	みつば	大分県
さつまいも	徳島県	にんじん	北海道	きゅうり	大阪府

ごみの分別 □普通ごみ…牛乳キャップ

□今日のプラごみ…牛乳フード

クイズの答え：②