

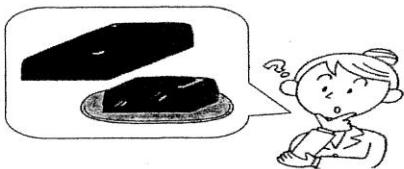
11月分の給食【11/1(金)~11/29(金)】

11月26日(火)

ういろう

ういろうは、今から600年ほど昔、薬を作っていたういろう家で考へ出されたお菓子です。

ういろう家のお菓子
なのでういろうと名づけられました。



きょうのこんだて
ぎゅうにくとやさいのいためもの
つみれじる
かぼちゃういろう
ごはん
ぎゅうにゅう

あ	(おもにからだをつくる)
か	ぎゅうにく・ぎゅうにく・うすあげ・ いわしだんご・あかみそ・しろみそ・ だしこんぶ・けずりぶし
き	(おもにねつやちからのもとになる) ごはん・サラダあぶら・さとう・ じょうしんこ
み ど り	(おもにからだのちょうしをととのえる) ごぼう・にんじん・ピーマン しょうが・だいこん・みつば・ かぼちゃ(ペースト)

クイズ17 今日の「つみれじる」の中に入っているだんごのようなものは、何から作られているでしょう?

①ぶたにく

②いわし

③とうふ

かぼちゃういろう

一口メモ

○ういろう(漢字では外郎と書きます)には諸説あります。外郎家
が作った薬のういろうは、痰に効く妙薬で、口臭を消すのにも用
いたそうです。別名「透頂香」と言いました。

○「上新粉」で作ったういろうは、もとは黒砂糖を使っており、色が薬のういろうに似ていたので、その名前がついたともいわれています。山口県、愛知県の名産です。

○ういろうは、手軽にできる和風のデザートです。ぜひ作ってみてください。うるち米を精白してから水に浸け、乾燥させてから、粉にした「上新粉」を使います。米の粉です。

○一番シンプルな「ういろう」は、上新粉10gと砂糖5gと水20gを混ぜて蒸して作ります。これは1人分です。今日の「かぼちゃういろう」の材料と量は、上新粉8g、砂糖5g、かぼちゃ(ペースト)10g、水10gです。



原料は
うるち米

上新粉

今注目の米粉です。



産地調べ

上新粉

砂糖

今日使用のかぼちゃ(ペースト)



ピーマン	鹿児島県	しょうが	高知県	ごぼう	北海道
にんじん	長崎県	だいこん	長崎県	みつば	愛知県

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