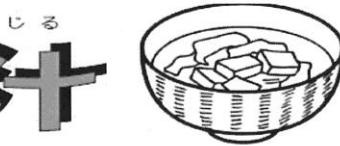


11月14日(火)

## けんちん汁



けんちん汁の名前の由来は2つあると言われています。

- ①昔、中国から日本に伝わった「巻穀」という料理がもとになったので、「けんちん汁」という名前になった。  
②鎌倉の建長寺で作られた「建長汁」がなまって「けんちん汁」という名前になった。

\*巻穀…せん切りにした野菜を油でいためて、とうふをくずして入れ、味つけしたものをゆばでまいた料理。

きょうのこんだて

さごしのおろしじょうゆかけ  
けんちんじる  
こまつなとはくさいのあますあえ  
ごはん  
ぎゅうにゅう

あか	(おもにからだをつくる) さごし、とうふ、うすあげ だしこんぶ、けずりぶし ぎゅうにゅう
き	(おもにねつやちからのもとになる) さといも、サラダあぶら さとう、ごはん
みどり	(おもにからだのちょうしきととのえる) だいこんおろし、れんこん にんじん、しろねぎ はくさい、こまつな

クイズ9

つぎのうち、秋がしゅんのたべものは、どれでしょうか。

① きゅうり ② さといも ③ トマト

## 一口メモ

○今日は「けんちん汁」です。「けんちん汁」は、とうふと野菜を油でいためてから作るしょうゆ味の汁ものです。

「けんちん汁」の名前の由来は、2つあります。

ひとつは、中国の巻穀という料理がルーツで、せん切りにした野菜を油で炒めて、とうふをくずして加え、味つけし具を湯葉などで巻いた料理です。今では、

野菜やくずしたとうふと炒め合わせたものを汁物にすると「けんちん汁」と呼んでいます。ふたつめは、鎌倉の建長寺の修行僧が、くずれたとうふと野菜を煮込んで作った「建長汁」がなまって「けんちん汁」になったというものです。

今週は、「食育週間」です。  
食について考えましょう。

建長寺

○学校では、先週から本格的に工事が始まっています。昨日は、



学校にあったはっさくの木も  
伐採されました。みのつていた  
はっさくは、収穫して保管してい  
ます。学校には、今ザクロの  
実は、なっています。



ザクロの実

はくさい	茨城県	にんじん	北海道	白ねぎ	鳥取県
さといも	愛媛県	れんこん	徳島県	こまつな	北海道

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