

稲中ランチタイム通信

1月24日(金)

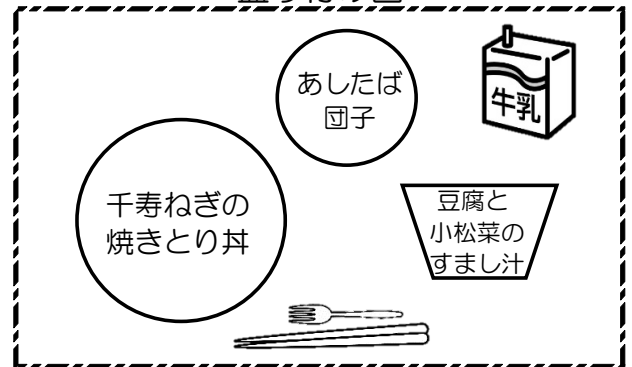
盛り付け図



今日の献立

【全国学校給食週間①】

千寿ねぎの焼きとり丼
豆腐と小松菜のすまし汁
あしたば団子
牛乳



『全国学校給食週間』について

1月24日～30日は「全国学校給食週間」です。

今日から5日間の給食は「東京都の食 大発見!」と題し、東京都の食にスポットを当てた献立が登場します。

今日は、伝統野菜「江戸千寿ねぎ」と、八丈島の「あしたば」を使った給食です。

江戸千寿ねぎは、江戸時代から種を受け継ぎ、代々育てられてきた伝統の野菜です。一般的に出回るねぎよりも太く、甘みがあるのが特徴です。

あしたばは、別名「八丈草」と呼ばれるほどの、八丈島を代表するセリ科の植物です。ミネラルやビタミンが豊富で、健康野菜としても注目されています。

今日の給食は、千寿ねぎは焼きとり丼に、あしたばは粉末になったものを白玉粉と上新粉に練り込み、お団子を作りました。

先生からの食育コメント

あしたばは、「今日新芽をつんでも、翌日にはまた新しい芽が出てくる」と言われるほど生命力が強いことから「明日葉」と名付けられました。

天ぷらやお浸しにして食べたり、粉状にしてうどんやそばなどに加工されたりしています。