

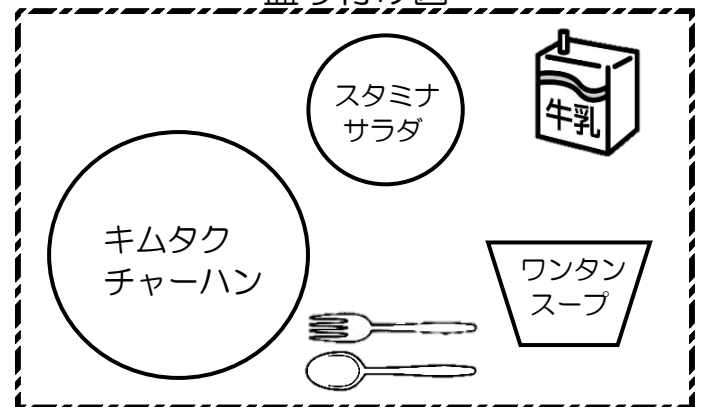
稲中ランチタイム通信

9月18日(水)

盛り付け図

今日の献立

キムタクチャーハン
スタミナサラダ
ワンタンスープ
牛乳



『キムタクチャーハン』について

今日はいつものキムチチャーハンとひと味違う「キムタクチャーハン」です。キムタクとは、キムチとたくあんのこと。もともとは、長野県塩尻市しおじりしにある塩尻西部中学校の栄養士さんが考えた料理です。長野県は伝統的に漬物文化つけものぶんかが発達している地域ちいぎでありながら子供たちの漬物離れが進んでいました。そこで、子供たちに漬物をおいしく食べてもらえるよう考案されたのが「キムチとたくあん」の組み合わせだったそうです。現在では塩尻市を飛び出し、全国の給食きゅうしょくに広まっています。

先生からの食育コメント

キムタクチャーハンに使うたくあんは、大根のつぼ漬だいこんづぶけたくあんです。少し甘味があるのが特徴で、キムチの辛さを苦手にがてとしている人でも食べられるよう配慮されています。ポリポリとした食感しょっかんもアクセントになり、食欲しょくよくをそそる味付けです！