

稲中ランチタイム通信

9月26日(木)

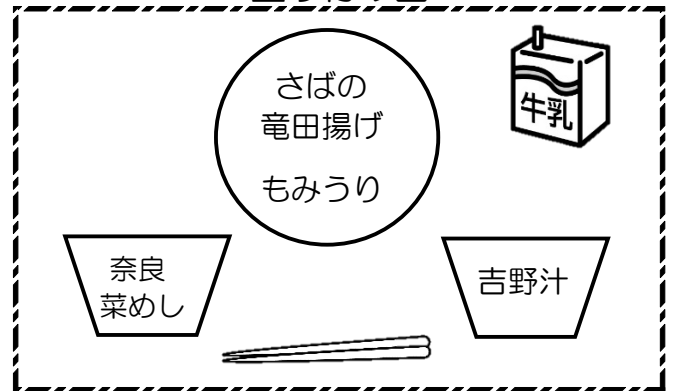
盛り付け図



今日の献立

【奈良県 郷土料理】

奈良菜めし
さばの竜田揚げ
もみうり
吉野汁
牛乳



『奈良』について

今日は、3年生の修学旅行先である「奈良県」に関連した給食にしました。

菜めしには「大和まな」という古事記にも記されている伝統野菜が使われますが、今日は大根の葉で代用して作りました。

竜田揚げは、奈良県の紅葉の名所「竜田川」が由来の料理です。揚げた時の白と赤の色合いがもみじが流れる竜田川に見立てられたことから、その名前がついたと言われています。

吉野汁は、くず粉を入れてとろみをつけた汁物です。くず粉の主な生産地が奈良県の吉野であるため、この名前がつけられました。現在ではくず粉は貴重なため、かたくり粉でとろみをつけています。

先生からの食育コメント

奈良県は古くは「大和の国」と呼ばれ、古代より文化の中心地として発展してきました。日常のおかずは、野菜が中心で、肉や魚にかわるものとして、大豆や大豆製品がよく用いられています。