

<p>16日 月曜日</p>		<p>ちくぜんについて ちくぜんに ふくおかけん ちくぜん つた きょうどりょうり きょうじょうり むかし 筑前煮は福岡県の 筑前ちほうに伝わる郷土 料理です。郷土料理というのは、昔から、そ の土地でとれる食材を使って作られてきた料理のことをいいます。筑前煮はにんじん、れん こん、ごぼう、たけのこ、鶏肉をいためて煮る、「煮物」をいいます。根菜類はいたつぷりの、食 べごたえのある料理です。山口県にも、たくさんの郷土料理があります。今年の給食で、すこ しずつ紹介していきたいと思ひます。</p>
<p>17日 火曜日</p>		<p>おやこどんぶりについて きょう おやこどんぶり とりにくたまごどんぶり どんぶり ふたにくたまごたにんどん さけ 今日の親子丼は、鶏肉と卵の丼です。丼にもさまざま、豚肉と卵で他人丼、鮭といくらで かいせんおやこどん とりにく おやこどん どうきょう にほんばし とりにくせんもろん やまだ 海鮮 親子丼などあります。親子丼は、東京の 日本橋の鶏肉 専門店の「山田とく」さん が、作ったのがはじまりです。割り下と鶏肉を入れて煮込みたまごでとじます。給食では、野 菜をたくさん使つてつくります。鶏肉もたまごも山口県 産のものを使用しています。ごはん にかけていただきます。</p>
<p>18日 水曜日</p>		<p>はる 春キャベツについて きょう はる 春キャベツについて せつめい はる 春キャベツは3月から5月に出回ります。葉がとても やわらかいのが特徴です。葉の巻きがゆるく、丸みのある形をしています。キャベツにの外 側とがわみどりいろ ぶぶん に、ビタミンCがたっぷり含まれています。外側の葉であれば、1枚で、 1日分のビタミンCをとることができます。内側の葉であれば、2~3枚が目安です。芯のまわ りには、外側の葉の部分と同じくらいビタミンCが多く含まれているので、芯ものこさずたべ るとよいですね。今日は、スパゲティの中に春キャベツが登場します。</p>
<p>19日 木曜日</p>		<p>トマトについて げんさんち へんかん た のり せいさんりょうねんかん どうじ かんしょう めいじ トマトの原産地はペルーです。江戸時代に日本に伝わり、その当時は鑑賞ようでした。明治 時代になって、北海道でさいばいされ、「赤なす」といわれていました。なま た トマトソース、ケチャップなどの加工品としての歴史が長いです。昭和になって、今までよりも酸 みみよわく、トマトの あおくささ すく ひんしゅができて、生でも食べられるようになりました。きよ うのミニトマトは宇部市のひがしきわの庄司のうえんでとれたトマトです。</p>
<p>20日 金曜日</p>		<p>うべ さん 宇部産あじつけのりについて にほんじん ねんかん た のり せいさんりょうねんかん おくまい やまぐちけん ぜんこく 日本人が1年間に食べる海苔の生産量は、年間でおよそ100億枚です。山口県は、全国の せいさんりょう おくまい せいさんりょうく さんち とく やまぐちけんさんののり いじょう 生産量の2%である2億枚の生産力のある産地です。特に、山口県産の海苔の90%以上が うべし せいさん うべ おき こうがわおきおも せいさんち はる なつ 宇部市で生産されています。宇部沖や厚東川沖が主な生産地となっています。春から夏ま での間、海苔の胞子を牡蠣殻の中で成長させます。水温が下がる秋に収穫を迎えます。海 苔は、洗う、きざ かわ おお こうていへ のり は、色が黒くて、光沢があり、穴やひびの無いものがよいとされています。また、焼き海苔は いろ くるく こうたく あな ひの な や のり 濃い青緑色のものがおいしいです。</p>

7

0