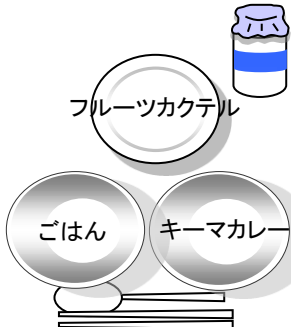
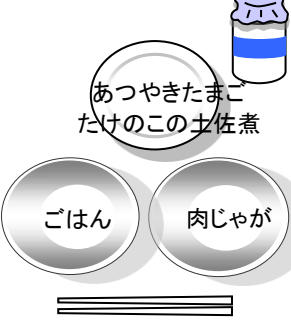
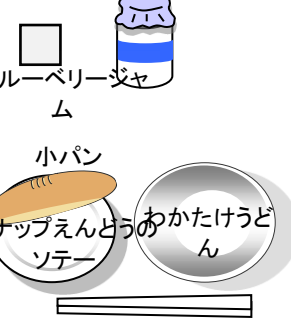
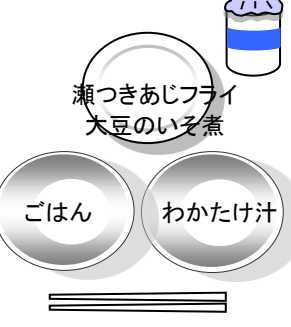
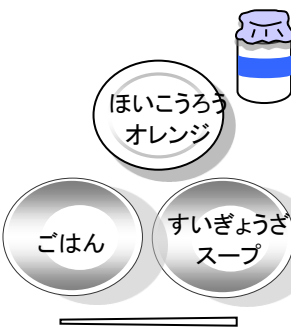


7日 月曜日		キーマカレーについて きょうはキーマカレーについて説明します。キーマカレーのキーマはインドの言葉で、挽肉をいみます。挽肉のはいったカレーのことをいいます。日本のカレーには、牛肉や豚肉、鶏肉などをいれますが、インドでは宗教的な食のきまりがあります。山羊やひつじ、鶏肉が主に食べられます。とまとやなす、ひよこまめなどをいれるそうです。しょうがやにんにく、多くの調味料を使用したスパイシーなカレーです。今日のキーマはとりにくの挽肉を使用しています。
8日 火曜日		たけのこの土佐煮について きょうは、宇部産のたけのこを使った土佐煮です。宇部市のきべやまぐらなどの地域では、たけのこの生産と加工がさかんです。きべやまぐらは、宇部市の北にあることから、それらのたけのこを「うっぽくたけのこ」とよんでいます。きょうはその、うっぽくたけのこをつかって土佐煮、つまり、かつおぶしをふりいれた料理にしました。春の味をあじわいながらいただきます。
9日 水曜日		すなっぷえんどうについて いま、旬の「すなっぷえんどう」の登場です。今日のすなっぷえんどうは、宇部市でとれたものを、近くの農協のかたに運んでいただきました。すなっぷえんどうのまわりには、すじがあるのをしていますか？ 食べるときには、そのすじをとってゆでたり、いためたりしていただきます。琴芝小学校の3・4年生が15kgのすなっぷえんどうのすじとりをしてくれました。農家の方、すじとりをしてくれた3・4年生、給食調理員さんに感謝して食べましょう。
10日 木曜日		瀬つきあじについて きょうは瀬つきあじについて説明します。あじの名前の由来はいくつか説がありますが、味がおいしいことから、あじといわれるようになったといわれます。1年じゅう食べられるあじではありますが、特においしいのが、5月から8月の旬のじきです。山口県で、有名なあじといえば、「瀬つきあじ」です。おもに、萩、長門、下関地区でみずあげされます。なぜ瀬つきあじといわれるのかというと、岩の瀬の部分にすみついているためです。岩の瀬には、あじのえさがいっぱいあるからです。今日の瀬つきあじはフライにしています。
11日 金曜日		ほいこうろうについて きょうはほいこうろうについて説明します。ほいこうろうは、中国のしせん料理の1つです。豚肉や野菜をいため、あかみそやとうばんじやんなどの調味料であじつけします。ほいこうろうの意味は、なべで炒めるという意味ではなく、それぞれの材料をいため、再びなべに戻す料理のことをいいます。しせん料理なので、本当は、とてもからい料理ですが、給食ではからくなくようにしてあります。

