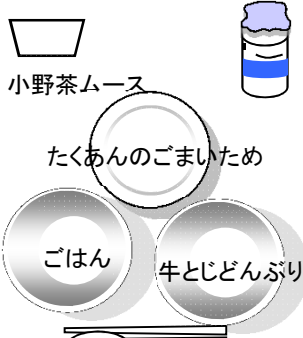
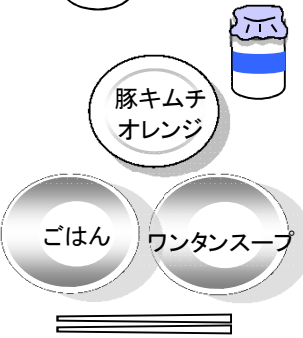
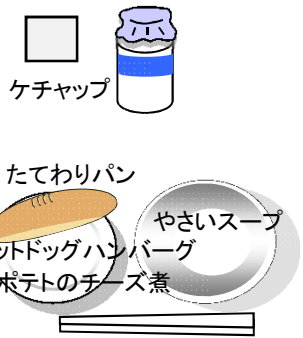
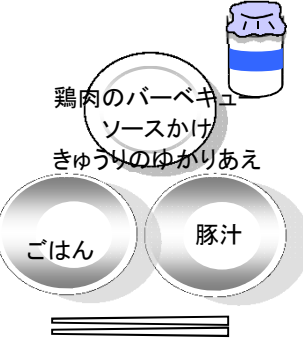
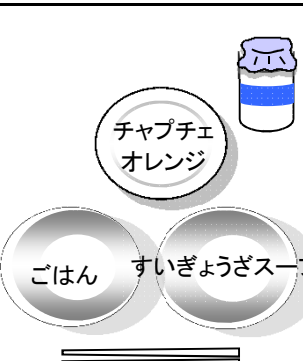


今週の給食 5月 ちょこっと食育 No. 4

|                    |                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                |  |
|--------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|
| <p>25日<br/>月曜日</p> |  <p>小野茶ムース<br/>たくあんのごまいため<br/>ごはん<br/>牛とじどんぶり</p>                 | <p>たくあんについて</p> <p>25日(月)</p> <p>たくあんは、大根のつけものです。たくあんとよんだり、たくわんとよんだりします。だいこんをほしてめかづけにしたり、だいこんを干さずに塩漬けにしたりします。江戸時代に、東海寺という名前のおてらがあり、そこにたくあん和尚と呼ばれる方がいらっしゃいました。徳川家光がその寺をおとずれ、名もないづけものに、たくあんとなづけたという説があります。今日は干切にしたたくあんときゅうり、しらすぼしなどをあわせています。</p> |  |
| <p>26日<br/>火曜日</p> |  <p>豚キムチ<br/>オレンジ<br/>ごはん<br/>ワンタンスープ</p>                         | <p>キムチについて</p> <p>26日(火)</p> <p>キムチは朝鮮半島につたわる漬物です。キムチは白菜などの野菜、塩、とうがらし、魚介塩から、ニンニクなどを使用した漬物です。キムチは各家庭により味付けもさまざまです。辛いキムチもあれば、辛くないものもあります。白菜キムチの他、きゅうりのオイキムチ、大根をいれたカクテキなど使う材料もさまざまです。キムチは各家庭のおふくろの味なのでしょう。</p>                                    |  |
| <p>27日<br/>水曜日</p> |  <p>ケチャップ<br/>たてわりパン<br/>ホットドッグハンバーグ<br/>ポテトのチーズ煮<br/>やさいスープ</p> | <p>セルフドッグについて</p> <p>27日(水)</p> <p>今日はセルフドッグの日です。セルフドッグというのは、自分でホットドッグをつくるということです。背割パンにポテトをはさみ、長細いハンバーグをはさみ、ケチャップをかけていただきます。やわらかいたべものですが、よくかんでたべましょう。よくかむことで、消化がよくなります。</p>                                                                    |  |
| <p>28日<br/>木曜日</p> |  <p>鶏肉のバーベキューソースかけ<br/>きゅうりのゆかりあえ<br/>ごはん<br/>豚汁</p>            | <p>バーベキューソースについて</p> <p>28日(木)</p> <p>今日は鶏肉のバーベキューソースについて説明します。バーベキューソースには、さまざまな調味料がはいっています。トマトケチャップ、すりおろしりんご、にんにく、みそ、しょうゆ、さとうなどを使用しています。チキンをオーブンでやいたあとに、このバーベキューソースをかけてあげています。</p>                                                            |  |
| <p>29日<br/>金曜日</p> |  <p>チャブチェ<br/>オレンジ<br/>ごはん<br/>すいぎょうぎスープ</p>                    | <p>チャブチェについて</p> <p>29日(金)</p> <p>チャブチェは朝鮮料理の1つです。春雨を炒めた料理です。にんじんやほうれんそうなどの野菜やきのこ、肉に、もどした春雨を入れて炒めます。朝鮮では、「タンミョン」とよばれる春雨が使われます。タンミョンはさつまいものでんぷんから作られます。太くて、コシがあるのが特徴的です。今日のチャブチェは、細切りした牛肉とにんじん、しいたけ、たけのこ、こまつな、はくさいキムチとマロニーがはいっています。</p>         |  |