

5 月 24 日 (月)

みや
宮っこランチ 春



きょうのひとくちメモ

みや
宮っこランチ...

うつのみやし ^{れきし} 歴史や ^じ 地場産物 ^{ばんぶつ} をより多く、^{おお} 学ぶことを ^{まな} 目的に ^{つく} 作られた ^{うつのみやしどくじ} 宇都宮市独自の ^{きゅうしょぐんだて} 給食献立です。

^{げんざい} 現在、^{はる} 春・^{なつ} 夏・^{あき} 秋・^{ふゆ} 冬バージョンの4種類があります。

今日の ^{みや} 宮っこランチ 春では、^{けんさん} 県産の ^{ぶたにく} 豚肉・^{かんぴょう} アスパラガス・^{はい} トマトを ^{みや} 宮のたれで ^{いた} 炒めたものと ^{しょう} 干瓢と ^{こんだて} ニラの ^{はい} 入った ^{みそしる} 味噌汁など、^じ 地場食材 ^{しょくざい} を ^{ふんだん} に ^{しょう} 使用した ^{こんだて} 献立になっています。

これを ^{きかい} 機会に、^{うつのみやし} 宇都宮市の ^{のうぎょう} 農業や ^{ちくさん} 畜産について、
^{しょくざい} どんな食材を ^{あた} どの辺りで

^{さいばい} 栽培・^{しいく} 飼育しているのかを

^{しら} 調べてみるのも ^{おもしろ} 面白いですよ！

農業王国
うつのみや



5 月 25 日 (火)



きょうのひとくちメモ

さわら
鯖...

魚へんに春と書いて、さわらと読みます。細長い形をしている大型の肉食魚です。成長するにつれて、呼び名がサゴシ⇒ナギ⇒サワラへと変わる出世魚です。

冬は、深い海で生活していますが、温かくなると浅瀬に上がり、群れを作り生活しています。春から夏にかけて産卵を迎え、漁獲量が増えるので、鯖は春が旬とされています。

出世魚と呼ばれる魚は他にもいます。

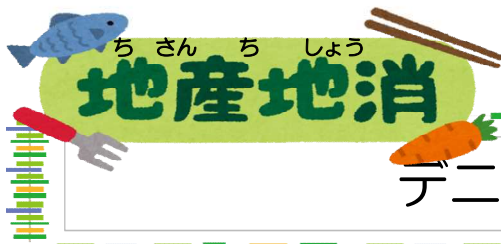
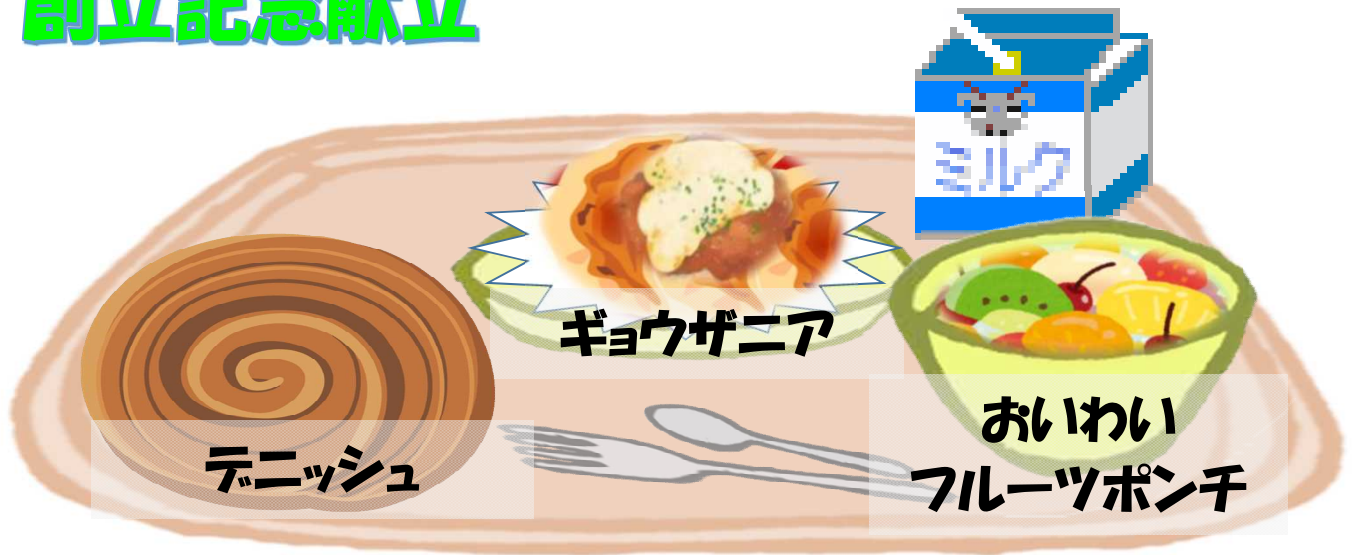
ぜひ、調べてみてはいかがでしょうか！

60cm以上の魚体を鯖といいます。



5月26日(水)

そうりつ き ねんこんだて
創立記念献立



きょう とくじらまち しょくざい
今日の徳次郎町の食材

デニッシュ・ぎょうざ

きょうのひとくちメモ

そうりつ き ねん び 創立記念日...

とみ やしょうがっこう きょう そうりつ ねん むか
富屋小学校は、今日で創立148年を迎えました。
なが れきし すば とみ やしょうがっこう そだ
長い歴史をもつ素晴らしい富屋小学校で育つみなさんは、自分
の周りすべてに感謝できる人に育ててください。先生方は勿論
まわ かぞく かた ちい き かた ひと
のこと、家族の方や地域の方などたくさんの人たちが、みなさん
のことを、あた だ そだ
温かく育ててくださっています。富屋小学校の
じどう りっぱ せいちょう くだ
児童として、立派に成長していって下さいね。

きょう きゅうしょく そうりつ き ねん いわ
今日の給食では、創立記念のお祝いとして、
みなさんがよろこ こんだて
喜んで献立にしました。

5 月 27 日 (木)



きょうのひとくちメモ

とりにく だいず いた もの 鶏肉と大豆の炒め物・・・

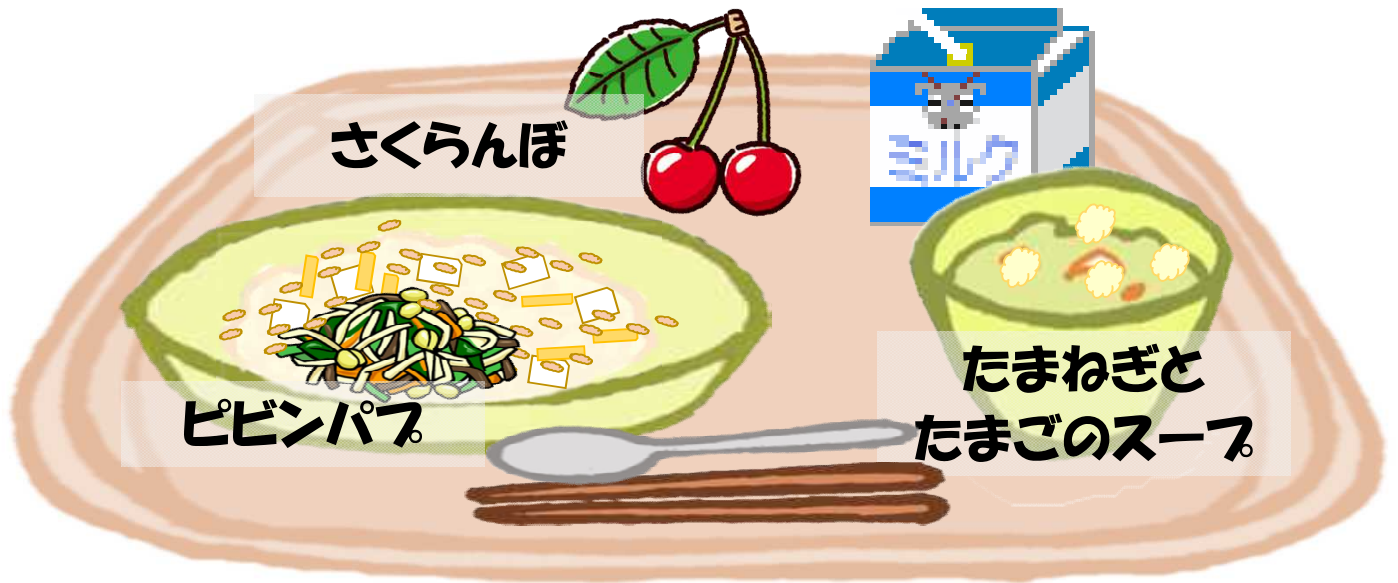
とりにく だいず しいたけ にんじん たけのこ えだまめ はい
鶏むね肉と大豆、椎茸、人参、筍、枝豆が入っています。
すべての食材を、だいずのおおあ
すべての食材を、大豆の大きさに合わせるようにカットしています。

どうぶつせい たんぱくしつ (とりにく) と しょくぶつせい たんぱくしつ (だいず)
は、1対1の割合で食べると栄養的にバランスがよいとされています。
今日の給食の、きょうきゅうしょく
今日の給食の、鶏肉は7kgで、大豆は5kgと枝豆
が1kgです。1対1に近づけているのでしょうか？

しょくぶつせい たんぱくしつ
植物性たんぱく質をなるべく食べるように心がけてください
ね！



5 月 28 日 (金)



きょうのひとくちメモ

さくらんぼ・・・

5月^{がつ}から7月^{がつ}に旬^{しゅん}を迎^{むか}えます。『赤^{あか}い宝^{ほう}石^{せき}』と呼^よばれ、贈^{おく}り物^{もの}として利用^{りよう}されることもあります。

限^{かぎ}られた時^じ期^きしか食^たべるこ^{こと}の^ので^のき^きない果^{くだ}物^{もの}な^なので、お^{おい}しい^い内^{うち}に^にい^いた^ただ^だき^きま^まし^しょう。

さくらんぼの生^{せい}産^{さん}量^{りょう}は、山^{やま}形^が県^{けん}が一^{いち}番^{ばん}多^{おほ}く、全^{ぜん}体^{たい}の78%を^を占^しめて^てい^いま^ます。次^{つぎ}は、山^{やま}梨^{なし}県^{けん}です。

さて、今^き日^{ょう}のさくらんぼは、
ど^きこ^こから来^きて^てく^くれ^れた^たで^でし^しょう^か？



5 月 31 日 (月)

いちご
レアチーズケーキ

じゃじゃめん

ポーミントン

地産地消

今日の徳次郎町の食材

中華麺

きょうのひとくちメモ

じゃじゃ麺・・・

いわてけんもりおかし きょうとりょうり
岩手県盛岡市の郷土料理です。わんこそば、れいめん ならび もりおか
さんだいめん
三大麺』といわれています。

せんそうちゅう まんしゅう た
戦争中に満州で食べたものを、戦後、もりおかしみん あ
アレンジして、やたい う はじ
屋台で売り始めたのが、じゃじゃめん はじ
されています。

にほん せかい かっこく りょうり た
日本は、世界各国の料理が食べられる国です。しかも、ほんらい
あじ にほんじん あ か つく おお
の味を日本人に合うように変えて、作られているものが多いで
す。だいひょうてき
代表的なものとしては、ラーメンがあげられます。

ほか
他にはどんなものがあるでしょうか？