

今月の食育目標

給食は栄養の整った食事であることを知ろう!



みんながとろえは栄養満点!

座間市の郷土料理給食にさまりんマークが付いています。探してみてくださいね!



Main table with columns for Date, Day, Main Dish, Milk, Side Dish, Other, Energy, Fat, and Protein. Includes special days like 'Shinagawa Prefecture Product Lunch Day' and 'National School Lunch Week'.

令和6年度献立テーマ 「日本の郷土料理を知ろう!」12月 ひきな炒り(福島県)

表示している栄養価は4年生のものです。

仕入れ等の都合により、材料等が変更になる場合があります。

「ひきな炒り」とは、福島県で昔から食べられている郷土料理の1つです。「ひきな」は、千切りにした大根を意味する福島県の方言です。その「ひきな」を炒めた料理なので「ひきな炒り」といい、大根や人参、油揚げをしょうゆや砂糖で甘辛く味付けをした料理です。さつまあげや鶏肉など、使う具材や味付けは各家庭によって様々で、それぞれの家庭の味があるそうです。切干大根で作ることもありますが、今日の給食では生の大根を使用しました。大根は今の季節が旬の野菜で、美味しさも栄養も満点です。福島県の郷土料理、味わって食べてくださいね。

