

越前町学校給食カレンダー



ふるさと献立の日

【4月の給食目標】 食事のあいさつをしっかりとしましょう。

4月26日

<p>【献立名】 ごはん 牛乳 わかめのみそ汁 カレイの黄金やき キャベツのおかか炒め</p>	<p>【献立について】 ご飯とみそ汁は、日本古来の伝統的な食文化です。そして主に魚や肉などの料理の主菜と、野菜などを中心にした料理の副菜を組み合わせることで、自然と栄養バランスのよい食事となります。 「ぜんまいの炒め煮」は、昔から食べられている郷土料理の一つです。ぜんまいは旬の山菜ですが、わらびなどの他の山菜と違って、春に収穫したものを手間と時間をかけて乾燥保存することもできます。昔の人々は、その食品に合ういろいろな方法で保存し、おいしい調理方法を考え、自然の恵みを無駄なく大切に食べていたことがわかります。郷土料理には、昔の人々の知恵がいっぱいつまっていますね。</p>
<p>【盛りつけ図】</p> 	
<p>【使用予定地場産物】</p>	<p>こめ こまつな えのき みそ カレイ とうふ</p>
<p>【クイズ】 今日は、キャベツについてのクイズです。 キャベツは、いつの時代に日本に伝わった食べ物でしょう。</p> <p>① 昭和時代 ② 明治時代 ③ 江戸時代</p>	<p>【解説】 キャベツは、江戸時代の末期に日本に伝わりました。 それから、何度も改良を重ね、今のようなキャベツになりました。 キャベツの葉には、ビタミンCがとても豊富で、一枚の大きな葉で、一日に必要なビタミンCの20%がとれるほどです。</p> <p style="text-align: right;">【こたえ】 ③</p>



白川文字

カレイは、どっちかな(・・?)

目が上に2つ並んであります。カレイとヒラメ似ていますね。



顔が右 カレイ



顔が左 ヒラメ