

越前町学校給食力レンダ

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21日

【献立名】

たけのこごはん
牛乳
じゃがいものみそ汁
春キャベツメンチカツ
青菜のはりはり漬け



【献立について】

ご飯とみそ汁は、日本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。

昔の人々は、その時期の旬の食材を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ました。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。今日は、旬のたけのこを使った「たけのこごはん」の登場です。給食では、毎月「ふるさと献立の日」で福井県の郷土料理を紹介していきます。



【使用地場産物】

米
みそ ねぎ ほうれんそう たけのこ

【クイズ】

今日は「たけのこ」についての○×クイズです。
ゆでたたけのこの切り口によく見られる
白い粉のようなものは、食べられる。
○か×か。

【解説】

ゆでたたけのこの切り口によく見られる白い粉のようなものは、アミノ酸の一種の「チロシン」というもので、たけのこのうま味のもとです。この「チロシン」には、気力をアップさせる効果があるとも言われています。

【こたえ】 ○