

越前町学校給食カレンダー

スペシャルふるさと献立・海士里ちゃん献立



【1月の給食目標】 食事のマナーに気をつけて食べましょう

1月27日

【献立名】

ごはん
牛乳
青打ち豆のみそ汁
さわらの黄金焼き
ほうれん草のごまあえ
味つけのり
水ようかん



【献立について】

日本独特の調味料、みその主な原料は畑の肉といわれる大豆と米です。米のかわりに麦で作る場合もありますが、これらに麹菌というカビをつけ、その麹菌の「発酵」という力で、大豆のたんぱく質をさらに細かなアミノ酸に変えています。この時にみそ独特のうまみと味や香りが生まれてきます。

日本人は昔から、肉類を多く食べる習慣はなくても、たんぱく質の豊富な大豆をいろいろな食品に加工して食べることで、体をつくり健康を保っていたのです。みそに含まれるアミノ酸には、胃ガンを予防する効果もあるとされています。



「さわらの」の地場産ポスターも見て



【使用地場産物】

こめ とうふ だいず みそ にんじん ねぎ
さわら ほうれんそう キャベツ

【クイズ】

今日は、みどりちゃん献立の日です。
紹介する食材は、「さわら」です。そこでクイズです。
さわらという魚の名前は、お腹の形からきている。
○か×か？



【解説】

「さわら」の語源は、細長いという意味の「(さ)狭い」に、「(はら)腹」からきており、魚の腹が狭く細っそりしていることから、「さわら」とよばれるようになったと言われます。



【こたえ】 ○

1 誕生のヒミツ

○福井県農業試験場が、平成23年から6年をかけて、20万種のイネの中から1種を選びました。
○試験場の人は、どのようなご飯をおいしいと感じるかを1,500人に調査したり、1日に50種類ものご飯を食べ比べたりして、おいしいものを選びました。

2 名前のヒミツ

○日本全国から10万を超える名前の候補の応募がありました。
命名「いちほまれ」
「日本一(いち)おいしい 誉れ(ほまれ)高きお米」
となってほしいという思いが込められています。

3 おいしさのヒミツ

○絹のような白さと艶



お米一つ一つがキラキラしてるね！



○口に広がるやさしい甘さ

よくかんで食べると甘い味がするよ！



○粒感と粘りの最高の調和

もちもちしておいしいよ！



4 おいしさの評価

○「いちほまれ」は、より多くの方がおいしいと感じるお米であると評価されました。この評価は、福井県産コシヒカリよりも高い評価です。

いちほまれ
食味評価
0.70

コシヒカリ
食味評価
0.55

今日のごはんは
いちほまれ！

「コシヒカリ発祥の地」
福井が持てる技術の粋を
尽くし、およそ六年の歳
月を掛けて開発した次世
代を担う全く新しいお米
です。

いちほまれ

