

越前町学校給食カレンダー




ふるさと献立



【9月の給食目標】

箸の持ち方に気をつけて食事をしましょう

9月12日

<p>【献立名】</p> <p>茶めし 牛乳 厚あげのみそ汁 ちくわのいそべあげ ごまドレッシングあえ ミニトマト</p>	<p>【献立について】</p> <p>今日は、ふるさと献立の日です。茶めしは、昔から食べられてきた郷土料理の一つです。</p> <p>先頃、厚生労働省が発表した2023年の日本人の平均寿命は男性が81.09歳で世界5位、女性が87.14歳で世界1位です。</p> <p>日本の平均寿命が長い一つの理由として、食生活が関係していると思われる。先進諸国の中で飛びぬけて脂肪の摂取が少なく、米を中心とした炭水化物の摂取量が多く、バランスのとれた食生活が日本の特徴です。今一度、和食の素晴らしさを見直して、世界に誇れる長生き大国でいたいですね。</p> <p>茶めしの作り方をチェックしてみよう♪</p> 
	
<p>【使用地場産物】</p>	<p>こめ もちごめ あつあげ みそ ミニトマト ねぎ きゅうり</p>
<p>【クイズ】</p> <p>今日は「お吸い物」についてのクイズです。</p> <p>お吸い物に欠かせないものは</p> <p>次のうちどれでしょうか？</p> <p>① しょうゆ ② みそ ③ だし</p>	<p>【解説】</p> <p>お吸い物は、かつお節や昆布などでだしをとり、そのうま味を利用します。</p> <p>結婚式などのお祝いの席では「お吸い物」と呼ぶことが多いですが、普段の食事では、みそを使う「みそ汁」、塩やしょうゆを使う「すまし汁」「おすまし」などと呼びます。</p> <p>特別な日のお吸い物には、春は筍</p> <p>秋はマツタケ等旬の食材が使われ、季節やお祝いの気持ちが表現されます。</p> <p>【こたえ】 ③</p>