

レストランぬのびき

令和 7 年 12 月 15 日

11/24 は「和食の日」 一汁三菜の献立でした！



11月 25 日(火)

- | | |
|----------|-------|
| ・ごはん | ・牛乳 |
| ・魚のもみじ焼き | ・のり和え |
| ・ひじき煮 | ・すまし汁 |
| ・芋きんとん | |

11月 24 日は「いい(11)にほんしょく(24)」の語呂に合わせて、「和食の日」とされています。6 年生は写真のようなお膳に給食を並べ、一汁三菜をいただきました。

世界遺産とは、世界中の人人が「これは大切にしようね。守っていこうね。」と思っているものや場所のことですが、実は和食も世界遺産のひとつです。その理由に、自然の美しさや季節を表している、という点があります。今日の「もみじ焼き」は、すりおろした人参の餡を、秋の紅葉したもみじの色に見立てています。和食ならではの美意識や食事から季節を味わう感覚を、子ども達にも知ってもらいたいと思います。

ご飯によく合う味の煮物を食べました！



11月 26 日(水)

- | | |
|------------|----------|
| ・ごはん | ・牛乳 |
| ・まぐろと大根の煮物 | ・しょうが酢和え |
| ・ごま汁 | |

今日の主菜は、まぐろと大根の煮物です。この煮物は、生姜とにんにくと一緒に煮て、最後に隠し味で味噌を入れています。そのおかげで、ごはんに合うしっかりとした味付けになりました。煮汁もごはんにかけて余さず味わっている子がたくさんいました！ ごま汁は、すったごまを最後に加えているので、香ばしい香りがします。

柿ジャムと手作りパンを味わいました！



11月27日(木)

- ・手作りパン
- ・牛乳
- ・柿と柚子のジャム
- ・野菜のレモン和え
- ・ほうれん草のシチュー

今年は柿が豊作なようで、学校の柿の木にもたくさん実っていました！その柿と、今が時期の柚子を合わせて、柿ジャムを作っていただきました。柑橘の甘酸っぱさが柿とよく合います。学校で焼いた、ふわふわな手作りパンと一緒にいただきました。秋の季節の恵みをしっかりいただけた給食でした。

郷土食のへしこを味わいました！



11月28日(金)

- ・ごはん
- ・牛乳
- ・おひたし
- ・柿
- ・へしこ
- ・厚揚げの香味だれ
- ・根菜の煮物

今日は、郷土食の「へしこ」をご飯に添えていただきました。「へしこ」とは、鯖などの魚を糠漬けにした発酵食品です。冬に仕込まれ、夏の暑さを越すことで発酵し、およそ半年の熟成期間を経てうま味が凝縮されます。給食では度々へしこが登場するので、子ども達にとっても身近な食べ物です。「今朝も家でへしこを食べました！」という子もいました。大人になってからもふるさとの味として思い出してもらえるよう、給食からへしこの魅力を伝えていきたいです。