

11月給食だより

令和5年度 11月
岩出市学校給食共同調理場

11月22日は和歌山県の「ふるさと誕生日」です。

和歌山県は明治4年に誕生し、今年で152年を迎えます。和歌山県には古い歴史があり、独自の食文化など他県に誇れるものが数多くあります。中でも県内でとれる食べ物は、温暖な気候や豊かな自然がもたらす素晴らしいもので、県外にもきっと和歌山県産品のファンがいることでしょう。今月の給食のみかんは「和歌山県の特産品を子どもたちに知ってもらいたい」と県から頂きます。他県に誇れる和歌山県産品について、少し調べてみませんか？

ふるさとの食文化を知ろう！

「和食；日本人の伝統的な食文化」が、ユネスコ無形文化遺産に登録されてから、今年（2023年）で10周年を迎えます。日本には春・夏・秋・冬の四季があり、地域によって異なる気候風土のもとに、さまざまな食文化が育まれてきました。中でも、微生物の働きによって保存性やおいしさを高めた「発酵食品」は和食に欠かせないもので、各地で食べ継がれてきた地域特有の食品が多くあります。

日本の伝統的な発酵食品



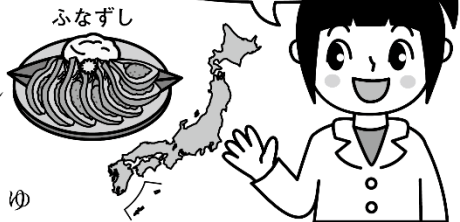
各地に伝わる発酵食品の一例

◆漬物（野菜を調味料、ぬか、麹などに漬け込んだもの）
岩手県・金婚漬け／京都府・すぐき漬け／鹿児島県・山川漬け

◆なれずし（魚介類にご飯を混ぜて発酵させたもの）
北海道・いずし／滋賀県・ふなずし／和歌山県・さばのなれずし

◆魚醤（魚介類を原料としたしょうゆ）
秋田県・しょっつる／石川県・いしる／香川県・いかなごしょうゆ

地域に伝わる発酵食品に目を向け、ふるさとの食文化を見直してみませんか？



好きな給食常連メニュー！

〈タイプーエン〉【材料（1人分）g】

豚肉もも小間切れ	10	うずらの卵水煮	20
冷凍いか短冊切り	5	春雨	5
土生姜	0.4	酒	1.3
白菜	30	中華スープの素	1.9
玉ねぎ	20	こしょう	0.05
人参	5	水	110
さやいんげん	5		

【作り方】

- 土生姜は皮をむいてみじん切り、白菜は短冊切り、玉ねぎは半分に切り5mm幅スライス、人参はいちょう切り、さやいんげんは2cm程度に切る。春雨は水で戻しておく。
- 鍋に豚肉、土生姜、酒を入れて炒める。
- 人参、玉ねぎ、白菜の順番で入れてさらに炒める。
- 水を加え、沸騰したらいか、うずらの卵の順に入れる。アクがでればとる。
- さやいんげん、春雨を入れ、中華スープの素、こしょうで味を調べて、出来上がり。

【一口メモ】
漢字では「太平燕」と書きま
す。本場の中華料理と熊本
県に伝わった日本版太平燕
があり、給食は熊本県の
方をもとにしています。



11月の献立より

和歌山県が誇る農産物の一つに「柿」があります。柿の生産量は日本一で、

主にかつらぎ町などの伊都地方で作られているものが多いです。果物はそのまま食べることが多いのですが、料理にも使っておいしく食べることができます。子ども達にその魅力を知ってもらいたいので、調理場では果物をソースなどの料理に使うものを作っています。子ども達が好きなハンバーグに和歌山県の秋の味覚、柿を使ったソースをかけました。ぜひ、子ども達に感想を聞いてみてください。

