



1月 16日 (月)

～今日の献立～

- 京風たきこみごはん
- ぶりの照り焼き
- かぶのゆかりあえ
- 白みそ仕立てのみそ汁
- はれひめ



### ☆給食の先生からのお話☆

今日は、和食のメニューになっています。和食の特徴は、見た目の美しさ・春夏秋冬の季節感を大切にすることや味付けは、薄味で、昆布・煮干し・かつおなどでだしをとり、うまみを生かした料理が多く見られることです。

京風たきこみごはん…かつお・昆布だしをとり、炊きました。緑色の野菜は水菜です。シャキシャキとした感触が特徴です。

ぶりの照り焼き…ぶりは出世魚とされていて、お正月に食べるおせち料理には欠かせない食材です。出世魚とは、稚魚からの成長段階において名前が変わる魚のことを言います。ぶりは、ツバス→ハマチ→メジロ→ブリと変わります。

かぶのゆかりあえ…かぶは寒い時にこそ甘みが増すそうです。キャベツ・ブロッコリー・大根などもかぶと同じ仲間になります。

白みそ仕立てのみそ汁…今日は白みそを使っているのので、いつものみそ汁の色に比べると白っぽいです。白みそは甘みがあり、まろやかな味になります。金時にんじんという赤いにんじんも入っています。



### ☆子どものつぶやき (反応) ☆

白みそ仕立てのみそ汁の中を覗き、  
「1・2・3～」とふの数を数えてたくさん入っていることを  
友だちと喜んでいました♪また、金時にんじんをみて  
「いつもと違ってあかいよ～」と言いながらおいしそうに食べていました(^\_^)

