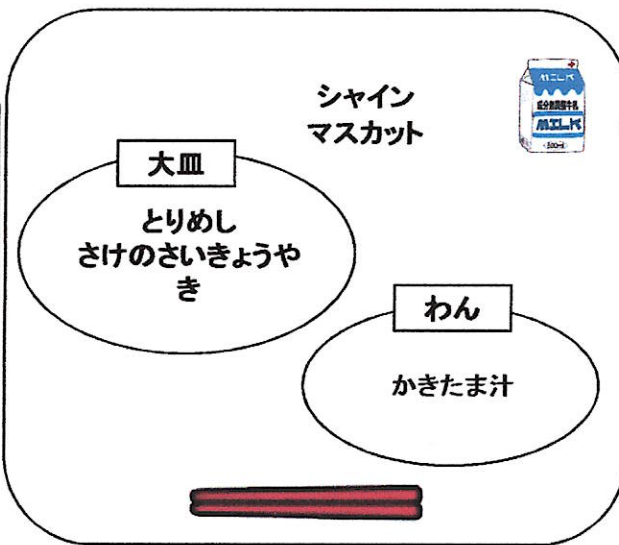
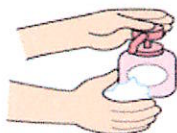


ランチタイムだより



【今日のもりつけ】

トイレの後、給食を食べる前には必ず手を洗いましょう。



もりつけの見本と同じように、食器を置いてみよう。食事のマナーは、食器のセットからはじまるよ。給食は頭で、考えながら心でも食べて下さいね。



☆担任の先生へ☆
食器の置き方はこのランチタイムだよりの通りに置いて下さい。食器の置き方も大切な食事マナーのひとつになります。



今日の献立
9月29日(木)

(主食)とり飯 (主菜)鮭の西京焼き

(汁物)かきたま汁 (デザート)シャインマスカット 牛乳

今日は、たきこみご飯や焼き魚の和食メニューです。

「西京焼き」とは、白いみそをお酒やみりんでやわらかくのばして、魚をそこに漬けておき、味がしみてから焼いた料理のことです。「西京」とは、関西にある京都府のことで、京都ではおぞうにを作る時も白くて甘いみそを使います。

「みそ」は大きく分けると、米みそ・麦みそ・豆みそ・調合みその4種類があります。

ほとんどは「米みそ」ですが、九州では「麦みそ」、愛知県の方では「豆みそ」を使います。

大豆を蒸してつぶし、ほかの材料とまぜて数か月発酵させるため、うま味や甘味が出るのです。

寒い地方は味も色も濃く、辛口のみそが多いそうで、千葉県もやや辛口です。

みそは何種類か混ぜるとおいしくなるため、給食でもみそ汁には2種類使っています。

今日はデザートに「シャインマスカット」があります。秋の味覚をおいしくいただきます♪