

騎西学校給食センター 11月の献立紹介

(17日)

17日は、里芋コロッケです。里いもは、山でとれる山いもに対して、里で作るので里いもと呼ばれるようになったと言われています。埼玉県では、全国で1位2位を競うほどたくさんの里芋が作られています。里いもは、皮をむくとぬめりが出てきますが、これは、私たちの胃腸を守り、強くする働きがあります。

秋が旬の里いもを使ったコロッケは、じゃがいものコロッケより少しねつとりした食感です。

(18日)

18日の「八杯汁」は、福島県の浜通り地域の郷土料理です。あまりにもおいしくて8杯はおかわりしたくなるというところからこの名前が付きました。福島県の双葉町と加須市は、友好都市です。2011年3月11日に東日本大震災があり、多くの人が被害に遭いました。加須市にもたくさん的人が双葉町から避難してきました。

「八杯汁」は、郷土料理を知るだけでなく、東日本大震災があったことを忘れずに、困っている人がいたら助け合う気持ちを忘れないでほしいという願いがこもった献立です。

(21日・統一献立)

21日の「呉汁」は、加須市などで食べられてきた郷土料理です。加須市は、昔から大豆の生産が盛んです。

「呉」は、乾燥大豆を一晩水につけ荒くすりつぶしたものです。秋に収穫された大豆と季節の野菜を使ってみそ味に仕上げます。大豆は、畑の肉と言われるほど、たんぱく質が豊富な食べ物です。

また、「呉」は、大豆をすりつぶして作るので、丸のままの大豆より消化吸収が良くなり、おなかにも優しい汁物です。