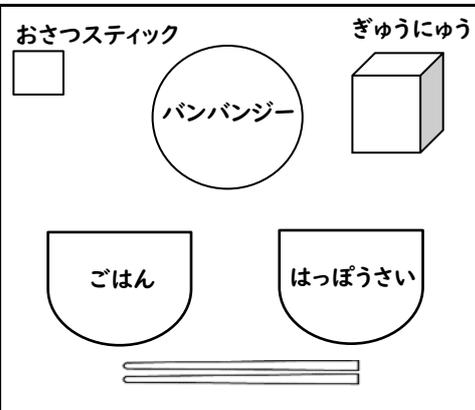


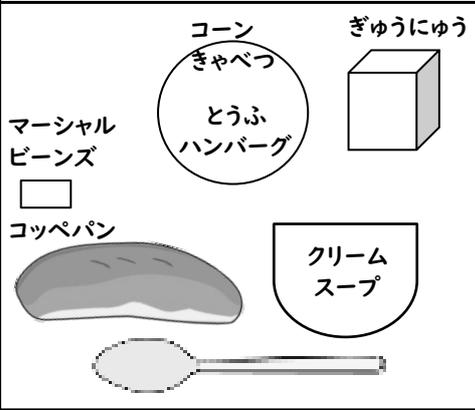
十一月二十八日(月)



○はくさい

はくさいもだいこんやかぶと同じように、はるか昔から日本に生せいしていたものを栽培さいばいして食べられてきた野菜やさいの一つひとつとおもっている人がいるかと思おもいますが、はくさいを日本国内にほんこくないで栽培さいばいして食べるようになったのは、今いまから120年ねんほど前まえの明治時代めいじじだいの頃ころに、当時とうじの中国ちゅうごくから伝つたわってきたのが最初さいしょと言いわれています。今日けふは、中国料理ちゅうごくりょうりの「八宝菜はっぼうさい」にたっぷりのはくさいを使つかっています。

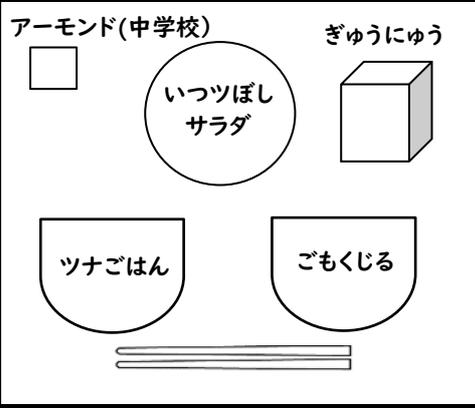
十一月二十九日(火)



○クリームスープとクリームシチュー

「クリームスープ」と「クリームシチュー」の違いちがはどこですか？と、聞きかれることがあります。料理りょうりの区分くぶんで言ういと、クリームスープは「副菜ふくさい」で、クリームシチューは「主菜しゅさい」になります。また、食しょく材ざいと水みずの割合わりあいや、食しょく材ざいの切り方きりかたなどにも違ちがいがあります。今日けふは「主菜しゅさい」のコッペパン、「主菜しゅさい」の豆腐とうふハンバーグ、「副菜ふくさい」のコーンきやべつ、クリームスープの給食きゅうしょくです。

十一月三十日(水)

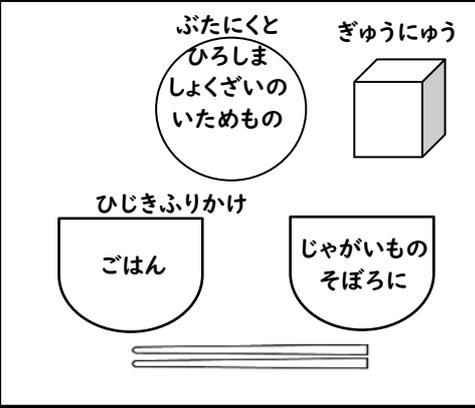


○調味料クイズ「しょうゆとみそ」

【問題もんだい】しょうゆとみそは、ほぼ同じ材料ざいりょうを用もちいて作つくられる調味料ちようみりょうです。それでは、同じ重さおな おものとき、含まれる塩しおの量りょうはどちらが多いでしょう？

- ① しょうゆの方が多おほい。
- ② みそのほうが多おほい。
- ③ どちらも同じ。

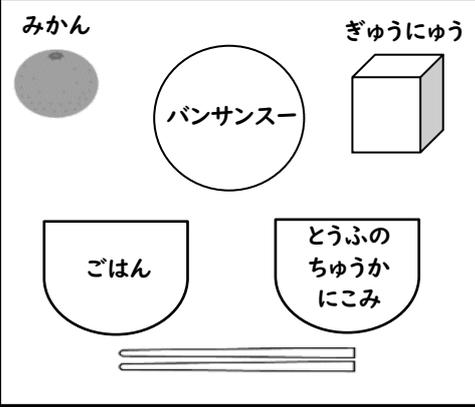
十二月一日(木)



○ぶた肉と広島食材のいため物

「ぶた肉にくと広島食材ひろしましょくざいのいため物もの」に欠かかせない広島食材ひろしましょくざいが「広島菜漬なづけ」です。広島菜漬なづけの原料げんりょうとなる「広島菜ひろしまなづ」は、一株ひとかぶが2~3kgと重おもさがあり、葉はがおおきく、葉はの幅はばも広いアブラナ科かの野菜やさいのなかまです。主おもに太田川流域おたがわの広島市安佐南区川内地区あきたち辺りくあたで栽培さいばいされ、そのほぼ全すべてを漬物つけものに加工かこうするそうです。広島菜漬なづけは、程ほどよい歯切はぎれと豊ゆたかな風味ふうみで「漬菜つけなの王様おうさま」とも言いわれています。

十二月二日(金)



○食事のマナー「後片づけ」

みなさん、給食きゅうしょくの後片づけあとかたがきちんとできていますか？食器しょっきに食べ物たものが残のこったまま片付かたづけている人ひとはいませんか？はしやスプーンの向きむきをそろえて容器ようきに入いれていますか？おぼんにストローやその袋ふくろが残のこっていませんか？給食きゅうしょくでは、割われやすい陶器とうきの食器しょっきを使つかっているの、やさしく食器しょっきかごに入いれてくださいね。

① しょうゆの方が多い。

しょうゆとみそは、ほぼ同じ材料を用いて作られる調味料で、これらを製造する際に塩を加えるのですが、出来上がった商品になると含まれる塩の量に違いがあります。

しょうゆは大さじ1(18g)で平均2.6g、みそは大さじ1(18g)で平均2.2gとなり、しょうゆに含まれる塩の量の方が多いです。