

【6/13(金)の給食】



【献立】

いわしのかば焼き丼 牛乳 のりあえ こぼれ梅豚汁



6月15日は、千葉県民の日。千葉県は、温暖な気候と豊かな自然環境により、様々な農畜産物が豊富に収穫できます。今日は、千葉県でよくとれる食材をたくさん使った献立にしました。お米・牛乳・豚肉・にんじん・キャベツ・のりが千葉県産、小松菜・青ねぎは流山産です。今日のお米は、千葉県産『ふさかごね』です。もっちりとした粘りが特徴です。

【いわしのかば焼き】



かば焼きのたれ

砂糖:大さじ1小さじ1
しょうゆ:大さじ1
みりん:大さじ1/2
だし汁:大さじ3
おろし生姜:少々

加熱する

片栗粉がついたいわしを油であげます。その後、クラスごとに数え、かば焼きのたれをかけます。

【のりあえ】



野菜をゆでて冷却し、しょうゆ・砂糖でつくったタレとのりをあわせます。



【こぼれ梅豚汁】



梅の花に形が似ていることから、みりんのしぼりかすのことを古くから『こぼれ梅』と言います。熟成される前のさわやかで、あっさりとしたみりんの香りが残り、濃厚な甘味とともに原料由来の粒感があります。このこぼれ梅は、昔ながらの製法守っている蔵元さんでしかみることのできない食材です。今日はお湯で溶いてから、釜に入れ、約1時間近く加熱して、アルコールを飛ばしています。

