

9月

パクパクタイムズ



きょう 〈今日のメニュー〉

むぎ こまつな
麦ごはん 小松菜のふりかけ

あかうお しおこうじや
赤魚の塩麹焼き

じる ぎゅうにゅう
いものこ汁 牛乳



【主な食材の産地・取り扱い業者】

米：ナナミ 押し麦：はくばく
白ごま：多国籍
里芋：埼玉
さつまいも：茨城
飲用牛乳：コーシン乳業
ちりめんじゃこ：国産
赤魚：アラスカ・ノルウェー
豚肉：千葉
豆腐：清水豆腐店
白みそ・赤みそ：国産
小松菜：茨城
大根：青森
人参：北海道
えのきたけ：長野
長ねぎ：茨城
水菜：茨城

今日は**中秋の名月(十五夜)**です！
一年で最も美しい月とされています。

〈ぱくぱくクイズ〉

しおこうじ にほん でんとうてき ちょうみりょう なにしだい
「塩 麹」は日本の伝統的な調味料ですが、何時代から
つか
使われていたのでしょうか？

じょうもんじだい
① 縄文時代

かまくらじだい
② 鎌倉時代

え ど じだい
③ 江戸時代



(こたえ) ③江戸時代

しおこうじ こめこうじ しお みず ま はっこう にほん でんとうてき ちょうみりょう え ど じだい そんざい
「塩 麹」は米 麹と塩、水を混ぜて発酵させた日本の伝統的な調味料で、江戸時代から存在していました。

しおこうじ ちょうないかんきょう ととの ひろうかいふく けつえき しょくざい うまみ
塩 麹には、腸内環境を整える、疲労回復、血液をサラサラにする、食材をやわらかくする、旨味
が ます など、さまざまな効果があります。

きょう きゅうしょく のこ
今日の給食も残さずおいしくいただきます！