

今日の給食は、かしわ飯、牛乳、五目春雨スープ、ひじき入りツナサラダです。

九州地方では、鶏肉のことを“かしわ”と呼びます。炊いたごはんを“かしわ”と具材を煮たものをまぜたご飯を“かしわ飯”といい、古くから福岡県の郷土料理とされてきました。家庭で日常的に食べられているほか、九州地方では駅弁としても人気だそうです。今日は、鶏肉とごぼう、にんじん、油揚げを炒め煮して、ごはんをまぜて作りました。

また、五目春雨スープの“五目”とは五つの具で作る、という意味もありますが、ほかにも“色々な具材を、味や栄養バランスよく取り合わせた”という意味があります。

今日もしっかり食べて、丈夫な体を作りましょう。

かしわ飯



ごぼうと鶏肉を炒め、具をつくります

五目春雨スープ



鶏がらでスープを取ります



炊いたご飯に具をまぜ、番重に入れます



チンゲンサイを加え仕上げます