



きゅうしょくしつ

給食室だより

令和5年7月11日

今日の給食は、沖縄県の郷土料理、ジューシー、牛乳、イナムドゥチ、マーミナ(もやし)の和え物です。

ジューシーとは、お米と豚肉、にんじん、ひじきなどの具材が入った炊き込みご飯を指します。沖縄地方では昔はさつまいもを主食としていました。お米が貴重だったため、冷や飯を雑炊にして食べることが多く、「そうすい」がなまり、その後、具材が入ったご飯全般を「ジューシー」と呼ぶようになったそうです。

イナムドゥチの「イナ」は沖縄県の言葉で「イノシシ」、「ムドゥチ」は「もどき」を指します。イノシシ肉の代わりに豚肉を使ったみそ汁を「イナムドゥチ」と言います。しっかり食べ、暑さに負けない体をつくりましょう。

ジューシー 調理風景



にんじんを角切りにします



さつまいもも、角切りにします



具を調理します



ご飯と具を混ぜます

イナムドゥチ 調理風景



厚削りでだしを取ります



たくさんの具材が入ります