

ふるさとくまさんデーとは、熊本でとれた食材や昔から地域に伝わる料理を献立にとりいれて紹介する日です。熊本のすばらしさをたくさん知ってほしいモン！



食育だより6月号
本渡学校
給食センター

ふるさとくまさんデー

《こんだて》

ぷちまるごはん タイピーエン
うまかコロッケ コーンチキンサラダ ギゅうにゅう



水前寺成趣園（水前寺公園）

6/17(金)
くまもとし あじ
熊本市の味

毎月19日は食育の日です。今月は熊本市の味を紹介します。

熊本市にある水前寺成趣園は肥後細川家・初代忠利公が茶屋を建てたのが始まりで、その後庭園が造られました。園内には阿蘇の伏流水が湧き出ていて美しい景色に心が癒される場所で、熊本市を代表する観光地です。

タイピーエンは、もともと中国の料理で、明治時代に熊本に伝わりました。春雨と野菜・肉・魚介類などが入った栄養満点のスープです。

うまかコロッケは、熊本特産の馬の肉を使ったコロッケです。熊本は、馬肉の生産量日本一です。

※食育の日の放送原稿としてご活用ください。

天草宝島デー



天草宝島デーは、天草でとれた食材や天草に昔から伝わる郷土料理などを献立にとりいれて紹介する日です。

いんげん豆を若いうちにサヤごと食べるのがさやいんげんです。鮮やかな緑色をしたさやいんげんは、和洋中バラエティーに富んだどんな料理にも使える栄養満点の野菜です。シャキシャキとした食感や鮮やかな色合いで、給食でも大活躍の食材です。以前は天草でも盛んに生産されていましたが、さやいんげんを作る農家さんが減っているそうです。しっかり味わって食べましょう。

6/3(金)
きん
さやいんげん



6/10(金)
あじ



天草で育った「まあじ」は、身がしまり味もおいしいことで知られた「天領あじ」、「あまくさあじ」などのブランド名で全国へ出荷されています。旬のまあじの刺身は「鯛以上」ともいわれ、歯応えのあるコリコリとした食感で格別です。初夏に出回る数cmのまあじは「あじご」と呼ばれ、唐揚げや南蛮漬けにして丸ごと食べられます。給食では「あじフライ」が登場します。アジわって食べてください！！