

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4月号
本渡学校
給食センター

ふるさとくまさんデー



4/19(水)

人吉・球磨の味

《こんだて》

ぶちまるごはん 牛乳 つぼん汁
さばの塩こうじ焼き たけのこのひこずり

毎月19日は食育の日です。今月は人吉・球磨の味を紹介します。

人吉・球磨は熊本県の南部に位置しています。人吉市の中心には球磨川があり、数多くの支流から球磨川に流れ込んでいて、熊本県内で最大の川です。球磨川ではレジャーや、川くだりを楽しむことができます。また人吉には蒸気機関車の「SL人吉」が走っていて、古くなったことが理由で2024年の3月をもって運転が終了されます。そんな人吉の郷土料理として昔から食べられているのが、つぼん汁とたけのこのひこずりです。

※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。

4/12(水)
たけのこ



たけのこは、春に竹の地下茎から出る若い芽です。掘りたての新鮮なものは生のままでも食べられますが、えぐみが出てしまうので、ぬかを入れた水や米のとぎ汁でゆでて、あくを採ってから料理します。腸の働きをよくして、便秘を防いでくれる食物繊維やたんぱく質、ビタミンB1、B2、ミネラルなどを含みます。

4/26(水)
スナップえんどう



「ポキンと折れる」という意味の「スナップ」ということばから名づけられたスナップえんどうは、天草でもたくさん作られています。給食に使うスナップえんどうのスジは、給食センターで一個一個取っています。全部で約3800個のスナップえんどうのスジとりをします。