

令和4年 10月 26日(水) 中央学校給食センター

【献立名】 麦ごはん 牛乳 小いわしのフライ 筑前煮 キャベツの昆布和え



【ひとロメモ】

筑前煮について知ろう

(食事と文化)

筑前煮は、九州博多の郷土料理で、鶏肉と野菜を炒め煮にしたものです。博多のあたりのことを昔、「筑前」と呼んでいたのでこの名前がつけました。

筑前煮は、またの名を「がめ煮」ともいいます。戦国時代に豊臣秀吉の大群が博多に泊まっていた時、博多の海や川にたくさんいた亀のスッポンをつかまえて、野菜と一緒に煮て食べました。スッポンのことを川亀とか、ドロ亀と呼んだので、この料理のことを「がめ煮」というようになりました。

その後、スッポンの代わりに鶏肉を使うようになりました。たんぱく質の豊富な鶏肉と野菜を使った栄養的にもバランスの良い料理です。残さず食べましょう。

令和4年 10月 26日(水) 第二学校給食センター

(献立名) 焼き鳥丼 牛乳 和風大根サラダ ジャがいものみそ汁



【ひとロメモ】

みそ汁のよさを知ろう

(心身の健康)

みそ汁は、すぐに作ることができ、手軽に水分やたんぱく質、食塩などを補給できる日本生まれの料理です。

戦国時代には、その栄養面のよさから戦の前後で食べられるように草や茎、だいこんなどをみそで煮詰めて保存食をつくり、持ち歩いたといわれています。わたしたちが今も食べているみそ汁が戦国時代の武士にとっても栄養源になっていたのです。

みそ汁は、1つのおわんにさまざまな食材を入れることができます。野菜やきのこ、豆腐、魚、肉などを入れていろいろな栄養素がとれるので、朝ごはんにもおすすめの料理です。

令和4年 10月 26日(水) 飯山学校給食センター

【献立名】麦ごはん

牛乳 筑前煮

ちくわのもみじ揚げ こまつなの昆布あえ

《今日の丸亀産の食材》

キャベツ、小松菜



【ひと口メモ】

筑前煮の名前の由来について知ろう

(食文化)

今日のめあては「筑前煮の名前の由来について知ろう」です。

今日の給食には、「筑前煮」が登場していますね。「筑前煮」とは、鶏肉やたけのこ、れんこん、ごぼう、にんじん、こんにゃくなどを油で炒め、砂糖、醤油、みりんなどで味付けした煮物のことをさします。

ではなぜ、「筑前煮」と名付けられたのでしょうか？それは、この料理がもともとは、今の福岡県の北部、西部辺りを指す、筑前地方が発祥の地だからだそうです。そのため、全国的には「筑前煮」と呼びますが、この地方では筑前煮を「がめ煮」と呼ぶそうです。「がめ煮」の名前の由来にも、諸説ありますが、この地方の方言で「寄せ集めの」を意味する「がめくりこむ」から名づけられたとも言われています。

旬の野菜のおいしさがつまった「筑前煮」は、昔から伝わる郷土料理です。しっかり味わいましょう。