

五中三二給食通信



参考に盛り付けてね♪

令和 5年 9月 15日 N0.74

今日の給食は「さわらの西京焼き」です。「西京焼き」の「西京」は何を指しているか知っていますか？

実はみそのことを指しています。京都で作られる甘い白みそで「西京みそ」のことを言います。「西京みそ」は普通のみそと比べて塩分が低いのが特徴です。

給食では「西京みそ」ではなく白みそを使っていますが、砂糖、みりんといった調味料を使い少しでも近づけるようにしています。



西京焼きは
さいきょう（最強）に
おいしい料理だね♪

《今日の献立》

ごはん

さわらの^{さいきょうや}西京焼き

しらす入りおひたし

^{しょうないう}庄内麴のすまし汁

牛乳



赤の食べもの

血や肉になるもの

牛乳 さわら
みそ
しらす干し
豆腐
わかめ
かつお節

黄色の食べもの

熱や力のもと

米
三温糖
白すりごま
庄内麴

緑の食べもの

体の調子を整えるもの

しょうが
キャベツ
にんじん
もやし
小松菜
長ねぎ
えのきたけ