

五中三二給食通信



参考に盛り付けてね♪

令和 5年 9月 22日 N0.78

今日の給食は新潟県の郷土料理の1つの「のっぺい汁」です。「のっぺい汁」は新潟県の郷土料理ですが、奈良県や島根県、熊本県でもよく食べられている料理です。地域によっては「のっぺい」、「のっぺい汁」、「のっぺい鍋」、「のっぺい煮」などさまざまな呼び方があります。のっぺいの名前の由来はとろみのあるという「ぬっぺい」からきていて、里いもで自然なとろみをつけたり、でんぷんを使ったりもします。ほかに季節の野菜をたくさん使用し、鮭やとり肉を入れたりもします。ちなみに新潟県ではいくらを入れたりもするそうです。

《今日の献立》

きんぴらごはん

五目卵焼き

のっぺい汁

牛乳



赤の食べもの

血や肉になるもの

牛乳
豚小間肉
たまご かつお節
干しひじき
鶏ひき肉
さくらえび
鶏肉

黄色の食べもの

熱や力のもと

米
ごま油
しらたき
三温糖
白ごま
油 こんにゃく
でんぷん

緑の食べもの

体の調子を整えるもの

ごぼう
にんじん
たけのこ水煮
干し椎茸
長ねぎ
大根
れんこん

今日の給食ではでんぷんを使ってとろみをつけて作りました。♡



今日は天気が悪いんだし
おだしのきいたのっぺい汁で
ゆっくり、のっぺい過ごしま
せんか(^^) _U~~

