

# 五中三二給食通信

令和 6年 7月 16日 N0.65



参考に盛り付けてね♪

今日の給食は宮城県の郷土料理の「<sup>あぶら ぶ どん</sup>油 麴 丼」と「ずんだもち」です。

「油麴丼」は麴を油で揚げた<sup>せんたい ぶ</sup>仙台麴を使い卵でとじた料理です。油麴に出汁がしみてぶにゃぶにゃした食感を楽しむことができます。

「ずんだもち」は枝豆をすりつぶし、砂糖を加えてあんを作り、おもちにからめた料理です。名前の由来は豆をつぶすという意味の「豆打（ずだ）」がなまって「ずんだ」と伝わったためだといわれています。

ぜひ、今日の給食を通して郷土料理を知って欲しいです♪

油麴丼、あ、ぶらっと  
食べなくなるね

ずんだもち食べたら心はずんだ(弾んだ)  
1日になれそうだね(\*~)v



## 《今日の献立》

<sup>あぶら ぶ どん</sup>  
油 麴 丼

<sup>いな か じ ゅ</sup>  
田舎汁

ずんだもち

牛乳



| 赤の食べもの                              | 黄色の食べもの                               | 緑の食べもの                                                   |
|-------------------------------------|---------------------------------------|----------------------------------------------------------|
| 血や肉になるもの                            | 熱や力のもと                                | 体の調子を整えるもの                                               |
| 牛乳<br>たまご<br>生揚げ<br>みそ<br>さば節<br>豆腐 | 米<br>砂糖<br>でんぷん<br>油麴<br>こんにゃく<br>白玉粉 | 玉葱 にんじん<br>干し椎茸<br>グリンピース<br>大根 えのきたけ<br>長ねぎ 小松菜<br>えだまめ |