

ちばうじ きす ちば おやこさんだい  
 “千葉氏が築いたまち・千葉の親子三代”

12月

ちばうじ ち とくべつ  
 「千葉氏」ゆかりの地 特別メニュー



加 曾 利 貝 塚 P R 大 使 か そ り - め

きょう きゅうよく  
 今日の給食のねらい

ちばうじ ち ふくしまけん  
 千葉氏のゆかりの地「福島県」の  
 きょうどりょうり あじ  
 郷土料理を味わう。

- ごはん
- 牛乳
- 高野豆腐と大豆のみそがらめ
- ざくざく汁
- ひきなの和え物
- みかん

ざくざく汁

やさしい さといも  
 野菜やしいたけ、里芋などの  
 くざい かき じる に  
 具材を角切りにし、だし汁で煮た  
 りょうり  
 料理が「ざくざく」です。ざくざ  
 とき に  
 くと切って煮るため、このよう  
 よ  
 に呼ばれるようになりました。

こうやとうふ だいず  
 高野豆腐と大豆の  
 みそがらめ

こうやとうふ し とうふ よ  
 高野豆腐は、凍み豆腐とも呼ば  
 れています。豆腐を凍らせて乾燥  
 とうふ こお かんそう  
 させた保存食品で、寒くて乾燥  
 ほそんしょくひん さむ かんそう  
 した福島県の気候が作るのに適し  
 ふくしまけん きこう つく てき  
 ています。給食では、片栗粉を  
 きゅうしょく かたくり こ  
 まぶし、油でカリっとするまで  
 あぶら  
 揚げた後、甘いみそのたれでから  
 あ あと あま  
 めます。

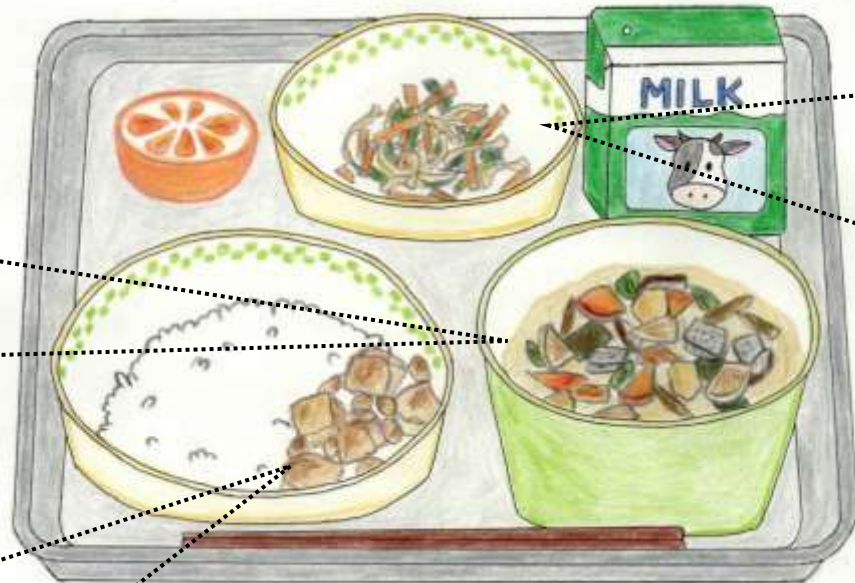


イラスト 高洲小 横山 春菜

あ もの  
 ひきなの和え物

ひきなとは、福島県北部の方言  
 ふくしまけん ほくふ ほうげん  
 で、干切りにした大根やにんじんを  
 せんぎ だいこん  
 意味します。干切りにした大根を干  
 いみ せんぎ だいこん ほ  
 したものが切干大根で、干すことで  
 きりほしだいこん ほ  
 カルシウムなどの栄養が凝縮しま  
 えいよう きゅうしょく  
 す。乾燥した切干大根は、保存食と  
 かんそう きりほしだいこん ほそんしょく  
 して一年中食べられます。給食  
 いちねんじゅう た きゅうしょく  
 では、シャキシャキとした食感を  
 しよっかん  
 楽しめる和え物にしました。

ちばつねしげ ねん げんざい みどりく おおしちょう ちゅうおうく いのはな ふ きん  
 千葉常重は 1126年に現在の 緑区大椎町 から中央区亥鼻付近  
 ほんきよち うつし とし ちば きす つねしげ むすこ  
 に本拠地を移し、都市としての千葉を築きました。常重の息子、  
 つねたね みなちのよりとも たす かまくらばく せいりつ こうけん めいしやう つね  
 常胤は源頼朝を助けて、鎌倉幕府成立に貢献した名将です。常  
 たね むすこ もろつね ふくしまけん そうまし ようし つねたね こう  
 胤の息子、師常は福島県の相馬氏の養子となり常胤とともに功を上  
 みなちのよりとも おお しよりやう あた こ げんざい  
 げ、源頼朝から多くの所領を与えられました。その後、現在の  
 ふくしまけん そうまし みなみそうまし はってん こうけん  
 福島県相馬市、南相馬市の発展に貢献しました。

ふくしまけん  
 福島県



↑「千葉氏」ゆかりの地特別メニューの取組みについて、紹介しています。