



きゅうメール

ひ
【日にち】

がつ 12月11日(月)
にち げつ

にほんぜんこく 日本全国
しよく あおもりけん Q食～青森県～

【こんだて】

しよく
主食

はん
ご飯

しさい
主菜

わかどりにく なんぶや
若鶏肉の南部焼き

ふくさい
副菜

せんべい汁

に
煮あえっこ

た
その他

ぎゅうにゅう
牛乳



はいぜんず
【配膳図】



きょう ちさんちしょう
【今日の地産地消】

ちづちょうさん こめ たにぐち しらいわ
智頭町産：米、しろねぎ、だいこん(谷口さん)、はくさい(白岩さん)

とっとりけんさん ぎゅうにゅう とりにく どうふ
鳥取県産：牛乳、鶏肉、豆腐、にんじん、ごぼう、こんにやく、しいたけ

きゅうしよく
【給食センターより】

こんげつ にほんぜんこく きゅうしよく だい にほんかくち きょうどりょうり とくさんひん しょう
今月も「日本全国イッテQ食!」と題して、日本各地の郷土料理や特産品を使用
した特別献立を実施します。今年度の最終回となる今日は、「青森県」を取り上
げ、県内に伝わる郷土料理や特産品を紹介します。

あおもりけん なんぶちほう つめ かぜ えいきょう こめ そだ こな
青森県の南部地方では、冷たい風(やませ)の影響で米が育ちにくいいため、粉
ものや種実から栄養を摂る食文化が生まれました。せんべい汁に入っている「か
やきせんべい」は、こむぎこ する い にこ
小麦粉からつくりまします。汁に入れて煮込むことでもちもちとした
しよつかん さむ ふゆ からだ あたた なんぶや なんぶ ころも
食感になり、寒い冬に体を温めてくれます。南部焼きの南部とは、ごまを衣にし
りょうり なんぶや なんぶあ し
た料理のことをいい、南部焼きや南部揚げなどが知られています。