



# きゅうメール

ひ  
【日にち】

がつふつ か げつ  
12月2日(月)

にほんぜんこく しょく みやぎけん  
日本全国イッテQ食～宮城県～

【こんだて】

しゅしょく  
主食

はん  
ご飯

しゅさい  
主菜

ささ いそべ あ  
笹かまぼこの磯辺揚げ

ふくさい  
副菜

じる  
はっと汁

い  
きしやず炒り

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】

ちづちようさん こめ しらいわ たけした たにぐち  
智頭町産：米、だいこん（白岩さん）、しろねぎ（竹下さん）、さといも（谷口さん）

とっとりけんさん ぎゅうにゅう とりにく  
鳥取県産：牛乳、鶏肉、おから、しめじ、しいたけ、にんじん、ねぎ

きゅうしょく  
【給食センターより】

こんげつ にほんぜんこく きゅうしょく 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 とくべつ  
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  
こんだて じっし こんねんど さいしゅうかい きょう みやぎけん と あ けんない つた きょうど  
献立を実施します。今年度の最終回となる今日は、「宮城県」を取り上げ、県内に伝わる郷土  
りょうり とくさんひん しょうかい  
料理や特産品を紹介します。

じる けんほくいったい た こむぎこ りょう きょうどりょうり  
はっと汁の「はっと」とは、県北一帯で食べられている、小麦粉を利用した郷土料理です。  
こむぎこ みず くわ みみ かた ね ゆび うす  
小麦粉に水を加え、耳たぶほどの硬さになるまでよく練り、指で薄くのばし、ゆでたものをい  
います。

よ どうふ つく しぼ べっしょう  
きしやずはきらずとも呼ばれ、豆腐を作ったときの搾りかすであるおからの別称です。