

いのちの食

秋の味覚 てんこもり和食給食！ 10月27日(火)

10月27日の給食は岐阜西中オリジナル献立です。みなさんに和食の魅力を知ってもらい、積極的に食生活に取り入れてもらうことを目的としています。岐阜市米屋町にある日本料理店「ひら井」の平井良樹さんに献立を考えていただきました。当日の5時限目は体育館で平井さんから「和食の魅力」についてお聞きします。楽しみにしててください。



<副菜>

彩り野菜とちくわの

ごまあえ

小松菜、キャベツ、レタス、きゅうりのあえ物です。普段は、いりごま・すりごまを使っていますが、ごまペーストでゆでた野菜をあえます。

<主菜>

ニジマスの唐揚げふるさとあんかけ、柿の唐揚げ

岐阜県は海がないため、ニジマスやアユなどの川魚を昔から食べていました。このニジマスにカレー粉と塩で下味をつけ、岐阜県産の米粉をまぶして揚げます。そして、素揚げした大根とほうれん草で作ったあんをかけていただきます。ほうれん草は合渡産を使用する予定です。

岐阜市や本巣地区の特産品である柿を唐揚げにします。揚げた柿の味はいかがでしょうか。

<デザート>

秋のミルクプリン

給食室での手作りデザートです。牛乳に秋の味覚である栗や縁起のよい黒豆を入れます。給食室で初めてデザートを手作りするので、スムーズに調理作業を進めることができますよう調理員さんは打ち合わせをしっかり行います。

<主食>

岐阜県産のはつしもを使っています。



給食のもりつけはこの写真を参考にしてください！



<汁物> 沢煮椀

平井さんは東日本大震災の後、被災された方々の救援活動を行うため、全国の料理人さんと群馬県の片品村に行かれました。そして、料理人としてできることはないかと考え、沢煮椀を作り提供されました。平井さんは「疲弊された方々が沢煮椀で心も体も温まった姿を見ることができ、とても嬉しかった。」と話されています。このような体験から沢煮椀を献立に取り入れてあります。