

9月のワンポイント献立

地場産物の日～しじみ～

ひじきごはん
ミルク
さわらの南部揚げ
切り干し大根のキムチあえ
しじみ汁



しじみは、鉄やカルシウムなどのミネラルやビタミン B2をたくさん含んでいます。

広島市内を流れる太田川では、やまとしじみの漁が盛んに行われています。太田川でとれるやまとしじみは、山からの豊かな栄養をうけて育っているため、とてもおいしく、「太田川しじみ」という名前で市場にも出回っています。

世界の料理～アメリカ合衆国～

パン
マーガリン
ミルク
クラムチャウダー
アーモンドサラダ

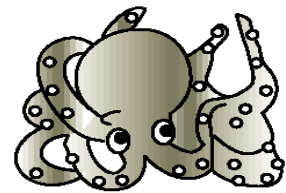


アメリカ東海岸の代表的な料理である、二枚貝のクリームスープ「クラムチャウダー」と、たくさんとれるアーモンドを使ったサラダを取り入れました。

あさりが入り、ホワイトソースも手作りのクラムチャウダーは、子どもたちに、とても人気がありました。

郷土食～広島県～

ミルク
たこめし
かきたま汁
なし



瀬戸内海は、たこの産地として知られています。なかでも、江田島市沖美町・三原市・尾道市にかけては、たこつぼ漁が盛んに行われています。特に、三原市では、田植え祭りに豊作を祈ってゆでたたこを枝につるすなど、古くからたこが生活にとけ込んでいました。たこめしは、漁師が船の上で作ったのが始まりとされています。たこと米をいっしょに炊いたり、煮たたこをご飯にのせたりして食べます。