



# 給食室より



2024年度 郷土料理

4月	香川	10月	熊本
5月	愛媛	11月	大分
6月	高知	12月	宮崎
7月	福岡	1月	鹿児島
8月	佐賀	2月	沖縄
9月	長崎	3月	北海道

日々の給食を通して少しでも食事のサポートが出来ればと思っています。

## 1年間を通して郷土料理を提供します

今年度は右記の順番で郷土料理を給食に取り入れます。世界のおやつも毎月提供致します。

### 4月の郷土料理

香川県

#### しっぽくうどん

野菜と油揚げなどの具材が入った出汁をうどんにかけて食べる郷土料理。

#### こんにゃくの白和え

食物繊維が多く、腸内環境を良くしてくれるこんにゃくが主役の副菜。

#### さわさわ

さらさらと流し込んで食べられることから「さらさら」が訛り、「さわさわ」と呼ばれている汁物。

給食

#### ぴっぴめし

香川県の方言で「ぴっぴ」はうどんを指し、ごはんを刻んだうどんを混ぜた焼きめし風の料理です。



### 世界のおやつ フランス

#### ポワソンダブリル

4月1日にフランスで食べられている伝統的なお菓子。ポワソン(=魚)という名前の通り、魚の形をしたパイになっています。

おやつ

## 今月のおすすめレシピ

### かれいのみそマヨチーズ焼き

かれい	400 g	}	タレ
みそ	30 g		
砂糖	15 g		
みりん	15 g		
酒	15 g		
マヨネーズ	20 g		
ピザチーズ	50 g 程度		



1. タレをすべて合わせて、かれいを漬けこんでおきます
2. 鉄板に並べて上からチーズをかけ、オーブンで180℃、15分程度火が通るまで焼きます

かれいだけでなく、他の魚・肉等でも美味しくいただけます。チーズをかけずにみそマヨネーズ焼き、マヨネーズを除いてみそチーズ焼き等アレンジ可能です。