

一条地域学校園のおすすめ献立

(一条中学校, 西小学校, 西原小学校, 宮の原小学校)

献立名



地産地消を味わう十五夜メニュー



献立の説明



メニュー紹介

- ・麦入りごはん
- ・いわしの
かば焼き風
- ・もやしとにらのごま酢あえ
- ・けんちん汁
- ・お月見ゼリー
- ・牛乳

献立について

一条地域学校園では、行事食の十五夜メニューに地産地消をたくさん取り入れてみました。特産品の食材を味わうと共に、行事食を知ってもらえる献立になっています。

麦入りご飯

お米は宇都宮産100%のコシヒカリ、麦は栃木県産の麦を使用しています。

いわしのかば焼き風

いわしには、コレステロールを調節する働きがあります。甘辛く味付けをし、揚げているので魚が苦手な子でも食べやすくなっています。

もやしとにらのごま酢あえ

ごま酢あえは、栃木県を代表する特産物「かんぴょう」入りです。普段食べることが少ないかんぴょうは、和え物に入れると食べやすくなります。また、全国1・2位の生産量を誇る栃木の「にら」も入っています。

けんちん汁

栃木で採れた里芋・ほうれん草を使用しています。また豆腐は宇都宮産です。

牛乳

宇都宮の牛乳業者さんから毎朝届く新鮮な牛乳です。



地産地消 食材

栃木県産…米・麦・里芋

にら・かんぴょう

ほうれん草

宇都宮産…牛乳・豆腐・もやし



十五夜とは…



昔は、月の満ち欠けによって1年の暦が作られていました。月は人々の生活と深く結びついていました。十五夜のお月さまは「いも名月」ともいわれ、この日には里芋をお供えする習慣があります。

