

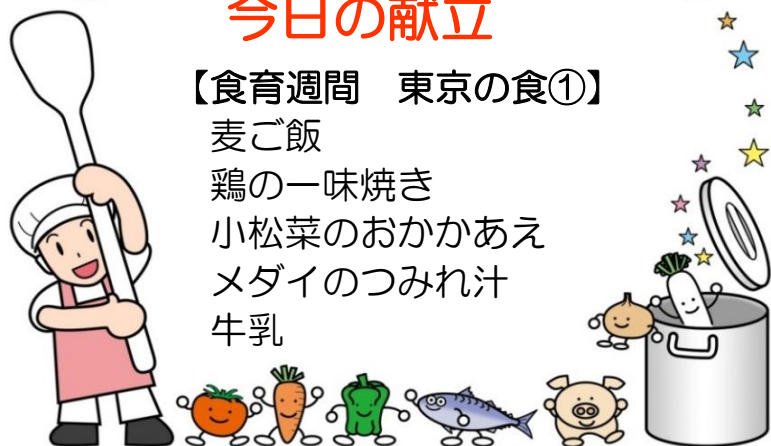
稲中ランチタイム通信

6月17日(月)

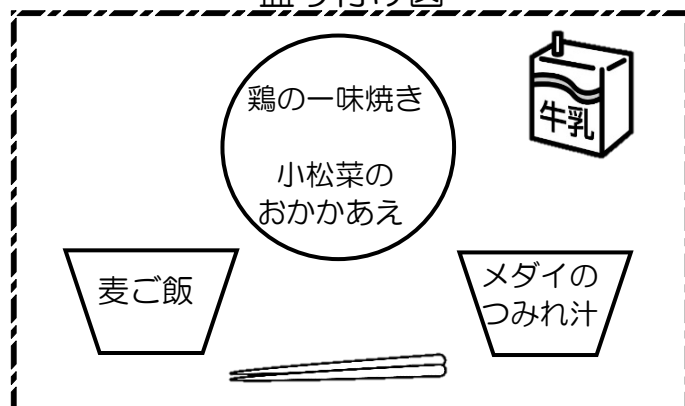
今日の献立

【食育週間 東京の食①】

麦ご飯
鶏の一味焼き
小松菜のおかかあえ
メダイのつみれ汁
牛乳



盛り付け図



『東京の食① メダイ』について

6月は食育月間です。地産地消^{ちさんちしょう}をテーマに、今週は東京都産の食材を使用します。今日は、東京の八丈島^{はちじょうじま}から届いた「メダイ」を使用しました。東京都心から南に約300kmに位置する八丈島は、黒潮^{くろしお}に魚が集まるため漁業が盛んです。中でもメダイは、八丈島伝統の島寿司にも用いられるポピュラーな魚です。くせの無いあっさりとした白身魚で、刺身だけでなく、煮たり、焼いたり、油で揚げたりしてもおいしく食べられます。今日は、メダイのミンチを使ってつみれ汁を作りました。東京産のメダイを味わってみてください。

先生からの食育コメント

八丈島のメダイ漁は、5～7月が最盛期^{さいせいき}です。味が良いため、高値^{たかね}で取引^{とりひき}される高級魚です。今回は、給食用に取り置きをしていただき、特別に提供していただきました。旬のおいしいメダイを味わいましょう！

