

今月の食育目標

身のまわりをきれいにし  
て 食事をしよう!

Table with columns for Date, Day, Dish Name, Ingredients, and Nutritional Information. Includes a 'お知らせ' (Notice) column on the right with various messages and illustrations.

材料の都合により変更する場合があります。

6月 テーマ献立「座間の味 郷土料理を知ろう」 ～じゃがいものきんぴら～

6月は「じゃがいものきんぴら」です。座間市のじゃがいも、は6月から7月頃に収穫されています。昔からじゃがいもがたくさんとれたので、さまざまなじゃがいも料理が食卓に登場していました。「じゃがいものきんぴら」は、その時期に各家庭で作られていた郷土料理のひとつです。

じゃがいもを太めの千切り（または拍子切り）にして、油でじっくりいためて作ります。じゃがいもの他に、にんじんやたまねぎ、さやいんげんなどの野菜も加えることが多いそうです。

給食でも、じゃがいもを千切りにして、にんじん、たまねぎ、さやいんげんと一緒にいため、しょうゆとさとうで味つけします。座間市の家庭の味が感じられる一品です♪

※献立表は、東原小学校のホームページでも閲覧可能です。

《今月使用予定の座間産の農産物》

- こまつな きゃべつ
だいこん じゃがいも
ピーマン たまねぎ
にんじん とうもろこし
きゅうり いんげん
だいず きなこ

