



今月の食育目標

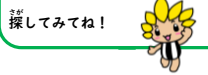
夏の栄養について知り、野菜をしっかりと食べよう！



あつさにまけないなつやさい♪

座間市の郷土料理給食に

ざまりんマークが付いています。探してみてください！



©座間市

献立表のメインテーブル。日、曜日、主食、のみもの、おかず(主菜、副菜)、そのほか、ざいりょう(きいろ、あか、みどり)、エネルギー(たんぱく質、脂質、食塩相当量)の列を含む。

表示している栄養価は4年生のものです。

仕入れ等の都合により、材料等が変更になる場合があります。

令和6年度 献立テーマ 「日本の郷土料理を知ろう！」 くわじゅーしー【沖縄県】

くわは「固い」、じゅーしーは「炊き込みご飯」という意味があります。「雑炊」の発音

が変化して「じゅーしー」とよばれるようになったといわれています。米と豚肉、にんじん、ひじき、かまぼこなどの具材を豚のだし汁で炊きます。

また「くわじゅーしー」には、お盆の精霊迎え「ウンケー」に作る、葉ショウガを使った「ウンケージュシー」、冬至に作る芋を使った「トゥンジージュシー」などがあります。

給食でもくわじゅーしーを作りました。沖縄県の味を味わって食べてくださいね！



《今月使用予定の座間産の農産物》

- こまつな、じゃがいも、にんじん、たまねぎ、かぼちゃ、ピーマン、いんげん、ながねぎ、なす、だいず