

7月お楽しみ給食



- *ひつまぶし
 - *きゅうりの塩昆布和え
 - *えのきのすまし汁
- <おやつ>
- *ロールケーキ
 - *パイナップル

今月は「土用の丑」の日があるということで、“ひつまぶし”で有名な愛知県の料理でした。季節の変わり目で体調を崩しやすい今、【夏バテ防止】といえうなぎ！年長さんは「ごはんの上になぎが乗ってる！」とすぐに気づきました。ひつまぶしのうなぎは細かく切っているため食べやすく、タレ付きのご飯と一緒に食べ進みが良かったです。おやつはパイナップルの解体ショーとともにロールケーキの上にトッピングして美味しく頂きました。来月のお楽しみ給食はなにかな～？

～愛知県の郷土料理～

うなぎは疲労回復や食欲増進に効果的な成分が多く含まれています。そのため、昔から夏の土用の丑の日にはうなぎを食べるという習慣があります。



<ひつまぶし>

「おひつ」に入っているご飯の上になぎを「まぶす」という由来から、もともとはまかないとして昔から親しまれていました。本場のひつまぶしは最後にお茶漬けとして食べるのが主流です。