

きゅうしょく ～なかい給食メール～

きゅうしょくセンターから、こんにちは！



9月3日(木)

< きょうのこんだて >

ごはん

ぎゅうにゅう

サワラのてりやき

ひじきとえだまめのサラダ

さつまじる

< えいようりょう 栄養量 (小学校/中学校) >

エネルギー(Kcal) 644/820

たんぱく質(g) 26.1/32.8

脂質(g) 16.2/19.0

食塩相当量(g) 2.6/3.3

カルシウム(mg) 284/309

きょう はなし じる
今日のお話は「さつま汁」についてです。さつま汁は、さつまちほう いま
かごしまけん きょうどりようり えどじだい さつまはん ぶし しき たか
鹿児島県)の郷土料理です。江戸時代に、薩摩藩で武士の士気を高めるた
めにおこな たり たたか ま たり やさい いっしょ に こ た
めに行われていた「鶏の戦い」で、負けた鶏を野菜と一緒に煮込んで食
べたのが始まりと言われています。ほねつ とりにく ぎ
骨付きの鶏肉をぶつ切りにしたものと、
だいこん、にんじん、さといもなどをたっぷりのみず に みそ あじつ
水で煮て、味噌で味付け
した料理です。りようり げんざい てがる つく
現在では、手軽さや作りやすさからいろいろなちいき つく
地域で作ら
れ、つか ざいりよう
使う材料もさまざまです。