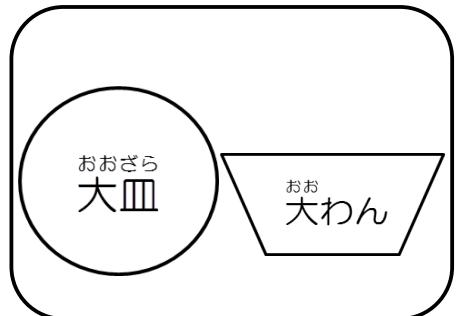


★ 食の豆知識～さくらの学び舎～

食器	今日の献立	配膳器具
おおざら 大皿	炒りたまごのせごはん	しゃもじ・スコップ
	ツナそぼろ	おたま
	ナムル	トング
おお 大わん	イナムドウチ	おたま

＜食器の置き方＞



だんだん寒くなってきたので、
今月はいろいろな地方の汁物を献立に取り入れました。

今日のイナムドウチは沖縄県の郷土料理です。
豚肉、こんにゃく、かまぼこ、しいたけ、
厚揚げなどを、甘い白みそで味付けしたみそ汁です。
「イナ」は「いのしし」、
「ムドウチ」は「もどき」という意味で、
昔はいのししの肉を使っていましたが、
現在では豚肉を使って作ります。



★イナムドウチの大根、ねぎは世田谷区でとれたものです！

給食室の様子



豚バラ肉は脂が多い部位なので、一度さっとゆでて余分な脂を落としました。

こんにゃく、ごぼう、
大根、生揚げも
下ゆすることで
臭みやアクを抜きました。

