



塩川食育通信



5月給食の目標 食事のマナーを身につけましょう

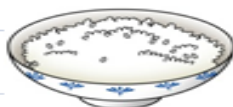
献立のねらい お友だちおススメみそ汁を食べよう。

5月15日(月)

きりこんぶのいため



かやくなっとう



むぎごはん



ある野菜みそ汁



見て、食べて、味わって
学んでみて 学校給食!

6年2組の古川綾人が
5年の時に考えて
くれたみそ汁です



お友だちおススメみそ汁の応募作品です。

「ある野菜みそ汁」みそ汁のネーミング。

お家にある野菜を何でも入れて作る

野菜いっぱいみそ汁です。

野菜のうま味がだしになる一品ですね。



給食クイズ

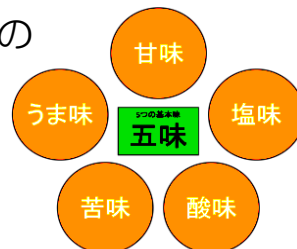
問1 みそ汁に入っている野菜は、じゃがいもを入れて何種類ありますか?

- ① 3種類 ② 4種類 ③ 5種類

※ じゃがいも、にんじん、きゃべつ、にら の4種類です。

問2 食べ物から、甘味、塩味、苦味、酸味、うま味の5つの味を感じることができますが、野菜も、この5つの味を味わうことができます。さて、ここでクイズです。野菜のうま味は、次の食べ物と同じうま味があります。野菜と同じ旨味を持っている食べ物は何でしょう。

- ① かつお節 ② 昆布 ③ しいたけ



野菜が持つうま味は、昆布を代表とするグルタミン酸と同じです。

[旨味三兄弟] 昆布(グルタミン酸)、鰹節(イノシン酸)、干し椎茸(グアニル酸)

かやく納豆の力ヤクの意味?



この”かやく”という言葉、”火薬”ではなく、”加薬”(または加役)と書きます。加薬とは元々、漢方で主薬に対して補助的に添える薬という意味があり、そこから料理に添える薬味や香辛料を加えること(加薬味)も表したことから、味をつけたり細かく切った具のことを”かやく”と呼ぶようになったようです。納豆に加薬を入れて食べてね。