

【11月22日】和食の日給食

古代米赤飯・赤魚の西京焼き・やさいの磯香あえ・沢煮椀・お米のタルト



11月24日は「いい日本食」の語呂合わせて「和食の日」です。和食はお米を中心に汁物やおかずを組み合わせた、日本で昔から食べられている食事です。魚、肉、野菜などたくさんの食材を使い、素材そのものの味を生かして調理をします。ユネスコ無形文化遺産にも登録されており、日本の誇るべき食文化の一つです。今日はそんな和食を意識した献立です。沢煮椀は、かつお節と昆布から「だし」をとって作られています。和食の良さを今一度見直してみましよう。