

## 令和3年度 大阪府立東淀川支援学校

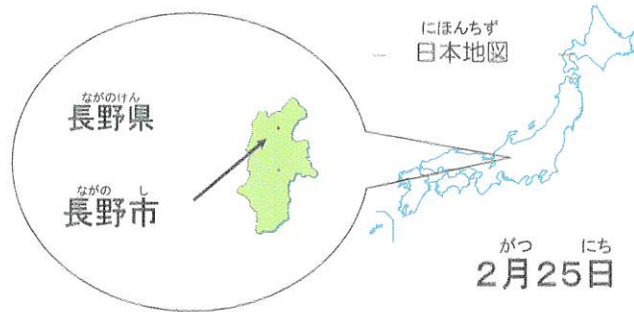
いろいろやさいふりかけ：広島菜、赤しそ、京菜、かぼちゃ、にんじん、大根菜



[illegible]

ながのけん きょうどりょうり  
長野県の郷土料理

のざわなづ  
野沢菜漬け



野沢菜は長野県の野沢菜温泉村で作られてきたこと  
からその名がついた漬け菜です。「信州菜」とも呼  
ばれます。この地方の特産で、日本三大漬物の一つ  
とも言われる「野沢菜漬け」の原料として知られてい  
ます。野沢菜漬けは寒冷な所で作られるので、発酵  
はあまり進まず匂いは少なめであっさりした味わい  
が特徴です。給食では豚ミンチと炒めて丼にします。



せかい りょうり  
世界の料理  
かんこく  
韓国



がつ とおか  
2月10日



トックは韓国のおもちです。日本のおもちとちがっ  
て、もち米ではなくうるち米から作られます。ねばり  
や伸びが少なく、煮込み料理や鍋料理にむいていま  
す。トックの「ト」は「もち」の意味で、「ク」は汁の意  
味です。

また、韓国の代表的な食べ物といえば「キムチ」で  
す。キムチは、野菜を塩漬けて、にんにくや唐辛子  
などを白菜などの野菜にすり込んで、発酵させて作  
ります。2月10日の丼に使用しています。

※栄養価(kcal)は中高等部のエネルギー量を記載しています。中高等部の1に対して、小学部低学年が約7割、小学部高学年は約8割の栄養価になります。

※献立は材料搬入の都合により変更することがあります。

