

今日の給食

令和6年1月23日



今日の献立

(年中児のプレートです。)

宮津あかもくうどん、ちくわの天ぷら、白菜のマヨネーズ炒め

(牛乳は毎日です。)

給食週間2日目です。今日は「京都府」の郷土料理です。「宮津あかもくうどん」の紹介とクイズをします。ではさっそくですが、クイズです。

アカモクの特徴は何でしょうか？

- ①粘(ねば)りがある
- ②シャキシャキしている
- ③海藻(かいそう)である

正解は①②③のすべてでした。アカモクはホンダワラという海藻の仲間であり、シャキシャキした食感と粘りが特徴です。京都府では粘りの出る1月～3月に収穫され、今が美味しい時期です。

また、アカモクには食物繊維が豊富に含まれていて、おなかの調子を整える働きがあります。今日のはうどんの汁にアカモクを入れた、「宮津あかもくうどん」にしました。

今日も美味しく作ってくださる調理員さんに感謝をしていただきましょう。