

# 給食室からのお手紙



ぐるに 

しおこんぶ  
ごまごはん

・とさづけ  
・かつおの  
ケチャップみそかけ



## 【 高知県の郷土料理:

## 鰹・ぐる煮・土佐漬け 】



今日は高知県の県の魚である鰹を使った  
 献立です。鰹の旬は春と秋で、今の時期の  
 鰹を「初鰹」、秋の鰹を「戻り鰹」といいま  
 す。土佐漬けにも鰹節を使っています。「土  
 佐」は高知県の昔の名前です。ぐる煮の  
 「ぐる」は高知県の方言で「仲間」という意  
 味で、野菜を同じ角切りにして一緒に煮込  
 むことからそう呼ばれています。

