

9月 7日（月）今日の盛り付け

大皿：チキン南蛮
小松菜とわかめの
一味醤油和え

大碗：ごはん

小碗：冷や汁

トレイ：牛乳

汁をかけてね。



【ひとくちメモ】今日の給食は宮崎県郷土料理です。

冷や汁は、魚のすり身や焼き魚のほぐし、胡麻を混ぜた味噌仕立ての冷たいだし汁に、きゅうりやみょうが、大葉^{おおば}などを入れ、ご飯にかけて食べる料理です。農民が暑い日に、麦飯^{むぎめし}に生味噌^{なま み そ}を乗せ、それに水をかけて食べていたことが元になったといわれています。冷や汁は、夏の暑い日の夏バテ^{よほう}予防、塩分補給^{ほきゅう}、疲労回復、食欲がないときの涼味メニュー^{りょうみ}として食べられています。

チキン南蛮^{なんばん}は、鶏の唐揚げに甘酢タレを漬けた料理です。宮崎県延岡市内の洋食店^{のべおか}で、賄い料理^{まかな}としてつくられたのが始まりとされ、当時は「鶏から揚げ甘酢漬け」とも呼ばれていました。その後タルタルソースをかけサラダなどを添える^そ、現在のスタイルになり人気を博^{はく}していくようになりました。

タルタルソースをかけた一般的な「チキン南蛮^{なんばん}」と、甘酢ダレだけのシンプルな「チキン南蛮^{なんばん}」の二系統^{に けいとう}があり、どちらも同じ名前と呼ばれています。今日の給食では、タルタルソースをかけて食べ^たます。

今日の給食も残さず食べましょう(^^♪

