



# きゅうしよくだより



つしからすがっこうきゅうしよく  
津市香良洲学校給食センター

こんねんごさいごつき  
今年度最後の月になりました。例年以上に暖かい日が多く、いつの間にか梅もほころんでいます。春はすぐそこまできているようです。

がつちゅうがっこうねんせい  
3月は、中学校3年生のリクエストに毎年登場する「揚げパン」や「津ギョウザ」のほか、お祝い料理の「赤飯」や「照り焼き」、また、東日本  
だいしんさい  
大震災にちなんで、福島県の郷土料理の「ひきな炒り」などを予定しています。さらに、久居農林高校の生徒たちが考えてくれた、三重県  
とくさんひん  
の特産品の菜花を使う「和風菜バーグ」も、登場します。お楽しみに♪



## 3月のこんだて紹介



### ちさんひん 地産品

「あおさ」や「菜花」は、三重県の特産品です。

とくぜんこくいちせいさんりょう  
特に、あおさは全国一位の生産量をほこり、津市の  
うみ  
海でも、たくさん養殖されています。澄んだ、鮮やかな  
みどりいろいそかおゆた  
緑色で、磯の香りが豊かな食べものです。

なばなみえけんほくぶくわなしつしとなりまつさか  
菜花は、三重県北部の桑名市や津市の隣の松阪  
し  
市などで、たくさん栽培されています。1月から3月が  
しゅんみえでんとうやさいとうろく  
旬で、三重の伝統野菜としても登録されています。

がつきゅうしよくふつか  
3月の給食では、2日にあおさを、2日と9日に  
なばなつかよてい  
菜花を使う予定です。お楽しみに♪

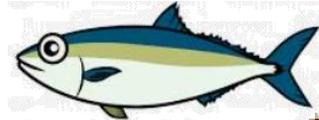
### みえけんさん 三重県産「ブリ」

いつかにちみえけんようしよくつか  
5日と17日に、三重県で養殖されたブリを使います。

こんねんごきゅうしよく  
今年度の給食には、ブリをはじめ三重県で養殖された  
なんかいつか  
タイやマグロを何回も使わせていただきました。いずれも、  
しんせんあぶらさかな  
とても新鮮で、しっかり脂がのった、おいしい魚で、子ども  
たちからも、「この魚はおいしい」と喜んでもらえました。

がつしょうちゅうそつぎょういわりょうり  
3月には、小・中それぞれの卒業のお祝い料理として、  
しゅっせうおし  
「出世魚」として知られるブリを取り入れます。

たの  
お楽しみに♪



### きょうどりょうり 郷土料理「ひきな炒り」

「ひきな炒り」は、福島県の郷土料理のひとつです。

だいこんやさいほそき  
ひきなどは、大根やにんじんなどの野菜を細く切った  
おなほそきあぶら  
もので、同じように細く切った油揚げやしいたけなどと  
いっしょいたあじつ  
一緒に炒めて、味付けします。

もちいあじもちつく  
お餅を入れて味わう「ひきな餅」も、よく作られます。

とおかきゅうしよくい  
10日の給食では、ひきな炒りと一緒に、宮城県  
けせんぬまぎょこうみずあ  
気仙沼漁港でたくさん水揚げされる、カツオの  
たつたあよてい  
竜田揚げも予定しています。お楽しみに♪

### わふうな 「和風菜バーグ」

ひさいのうりんこうこうすうねんまえつしとくさんひん  
久居農林高校では、数年前から津市の特産品を  
つかきゅうしよくりょうりせいとかんが  
使った給食の料理を、生徒たちが考えてくれています。

さくねんどもみえけんとくさんひんなばなつかりょうり  
昨年度は、三重県の特産品の「菜花」を使う料理を  
たくさん考えてくれました。

はるま  
春巻きやグラタン、ピピンバなど、「野菜が苦手でも  
おいしく食べられるように」と、一生懸命考えてくれた  
りょうりなかいちばんにんきわふうな  
料理の中から、一番人気だった「和風菜バーグ」を、  
にちきゅうしよくえら  
11日の給食に選びました。菜花やにんじんが入った  
みめたのりょうり  
見た目も楽しい料理です。お楽しみに♪

