

# ぱくぱくだより



がつ

9月

令和7年 9月1日

京都市立新町小学校

校長 岸本 直樹

栄養教諭 東 美里

## にっぽん あじ きょうど りょうり し 日本の味めぐり～郷土料理を知ろう～

きょうど りょうり かくちいき たもの かつよう ふうど りょうり た  
郷土料理は、各地域の食べ物をうまく活用して、風土にあった料理として食べられてきたもの  
です。れきし ぶんか しょくせいかつ うつ きょうど りょうり し  
歴史や文化、食生活とともに受け継がれています。みなさんはどんな郷土料理を知っ  
ていますか。ほん インターネット でぜひしらべてみてくださいね。

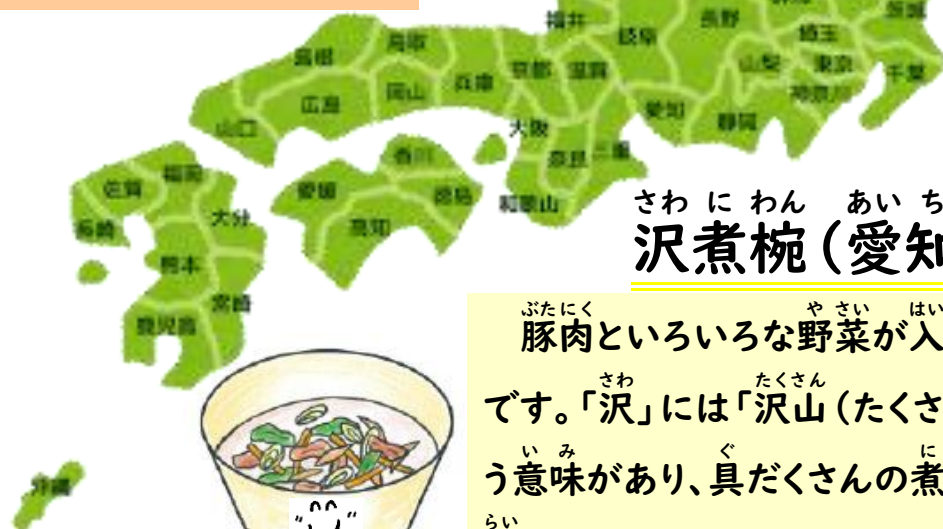
### おおいたけん とりめし(大分県)



にく にんじん  
とり肉とごぼうや人参などを  
た こ だ はん  
炊き込んだご飯です。

### けい ぎ ふ けん 鶏ちゃん(岐阜県)

にく やさい とくせい  
とり肉と野菜に、特製のたれを  
つく たいせつ きやく  
からめて作ります。大切なお客さ  
んや親せきが集まる時の特別な  
しん あつ とく とくべつ  
日の料理だったそうです。



### タイピーエン

### くまもとけん (熊本県)

ちゅうごく ふっけんしやう う くまもとけん  
中国の福建省で生まれたものが熊本県に  
つた いた やさい ぶたにく はるさめ  
伝わりました。炒めた野菜や豚肉、春雨などを  
い うえ たまご あぶら あ  
入れたスープで、その上にゆで卵を油で揚  
げたものがのっています。



### さわ に わん あい ち けん 沢煮椀(愛知県)

ぶたにく やさい はい しるもの  
豚肉とさまざまな野菜が入った汁物  
です。「沢」には「沢山(たくさん)」とい  
う意味があり、具だくさんの煮ものに由  
らい 来しています。

### さけのちゃんちゃん焼き ほっかいどう (北海道)



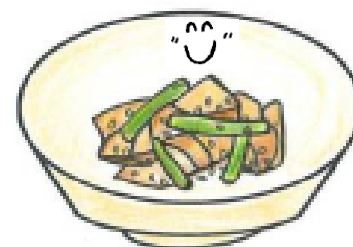
やさい てっぱん や  
さけと野菜を鉄板で焼き、みそ  
あじ りょうり  
で味をつけた料理です。

### に やまがたけん いも煮(山形県)



さと つか なべりょうり やまがた あき  
里いもを使った鍋料理。山形では、秋にな  
かわら かぞく あつ に つく  
ると河原で家族などと集まってもいも煮を作っ  
て食べる「いも煮会」がよく行われます。

### みそかんぷら(福島県)



ふくしまけん ほうげん  
福島県の方言で「かんぷら」は  
「じゃがいも」のことをいいます。あ  
げたいもをみそだれにからめてい  
ます。

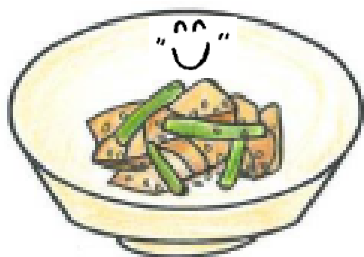
がつぶん きゅうしよく きょうど りょうり とうじょう たの  
9月分の給食にも、たくさんの郷土料理が登場します!お楽しみに!!

# こんだて しょうかい

## しん 新こんだて

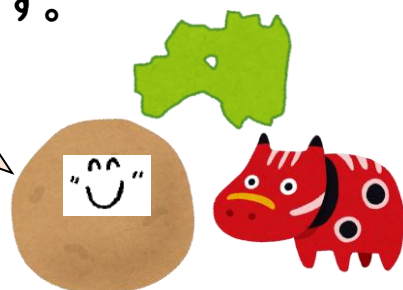
がつ 9月17日 (水)

### みそかんぷら



ふくしまけん きょうどりょうり 福島県の郷土料理です。福島県の郡山市・南相馬市・いわき市でじゃがいもがよくとれ、収穫時期の7月下旬から食べられている料理です。

あぶら あ 油で揚げたじゃがいもと蒸した三度豆にみそ・さとう・みりん・ごまで作ったあまから甘辛いみそだれをからめています。



## にんき 人気のかんだて「プリプリ中華いため」のひみつ

ちゅうか ねんまえ 「プリプリ中華いため」は、今から28年前にきょうとし きゅうしよく たんじょう こんだて しょっかん 京都市の給食で誕生した献立です。食感がたのしめる食材を使っており、みんながよく噛んで食べられるようにと考えられた献立です。



むかし なか 昔は、きのこの仲間まのきくらげも入っていたそうです。

プリプリ中華いため 京都市

こうかいちゅう レシピも公開中です!



## なごみこんだて

### さわにわん 沢煮碗

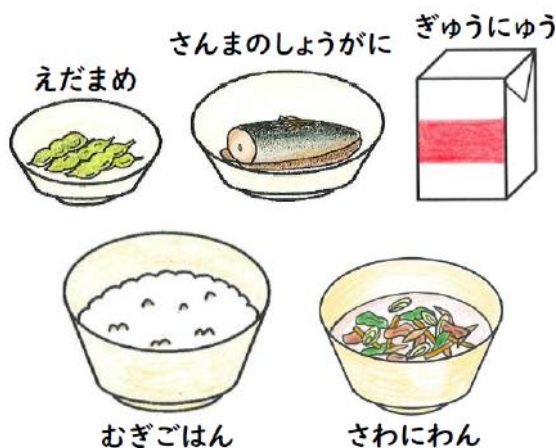
ぐ たくさんの汁物です。愛知県の郷土料理です。給食では、豚肉・人参・ごぼう・白ねぎ・小松菜を使っています。

しゅん やさい 旬の野菜もたっぷりです。野菜のおいしさとだしのうま味を味わいましょう。



がつ 9月18日 (木)

えだまめは、スチームコンベクションオーブンで蒸しています。



## ほごしや 保護者のみなさまへ

せいかつ しら きょうりよく 生活リズム調べにご協力いただきありがとうございました。なつやす お こさま ようす 夏休みも終わり、お子様の様子はいかがでしょうか。暑い日はまだ続きます。熱中症にならないためにも、より一層、朝ごはんが重要になります。また、赤黄緑の食品がそろっているか生活リズム調べをもとに、ご家庭でお子様とふり返っていただけたらと思います。

### 【お知らせ】

がっ き きゅうしよく き かん ○2学期の給食期間について  
がっ にち か がつ か すい 8月26日(火)～12月24日(水)