

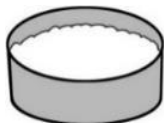
11月食育の日「だしで味わう 和食献立」

「大学コラボ献立」(西南女学院大学)

市内栄養士養成大学と専門家がコラボレーションした献立

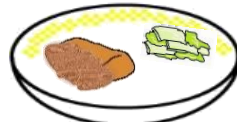
A地区 19日(木)

B地区 18日(水)



ごはん

はくさいのゆずかあえ



さばのダブルみそあげ



あきのふきよせじる

11月は、小倉北区にある西南女学院大学栄養学科の学生のみなさんと宇佐美商店店主の宇佐美雄介さんがコラボレーションして考案した、「さばのダブルみそ揚げ」が登場します。「ぬかみそ」と「みそ」の風味が、さばのおいしさを引き立てています。



〈さばのダブルみそ揚げ〉

西南女学院大学 学生のみなさん



みなさんへのメッセージ

油でからっと揚げたさばと「ぬかみそだれ」の味や食感を楽しんでください。また、北九州市や福岡県には、おいしい郷土料理がたくさんあるので調べてみてください。



百年床・宇佐美商店

店主 宇佐美 雄介さん

ぬか炊きには、この土地で育まれてきた食文化や歴史が詰まっています。なぜ北九州市でぬか炊きが生まれたのか、食べることでその背景を少しでも感じ取ってもらえたら、とても嬉しいです。それでは、給食の時間を楽しんでください！

11月の給食に登場する旬の食材・地場産の食材

北九州市の地図



〈旬〉さつまいも、こまつな、ブロッコリー、ほうれんそう、はくさい、

だいこん、しめじ、みかん

〈地場産〉こまつな、ブロッコリー、ほうれんそう、キャベツ、たけのこ、みずな、わかめ

毎月19日(またはその前後)は、「食育の日 和食献立」として、主食のご飯を中心として、主菜、副菜、汁物を組み合わせた、一汁二菜の和食献立を取り入れています。

自然を敬う日本の心が育んだ食の知恵、工夫、習慣を知り、日本の食文化を大切にしていきたいと思います。