



## ふるさとくまさんデー

★「ふるさとくまさんデー」では、熊本県の各地域の紹介や特産物を紹介します。

### ① 12月10日(月): 水俣・芦北地区

#### とり飯・寒漬け和え

「とり飯」は、水俣・芦北地区の郷土料理です。食べものがあまり手に入らなかった時代、行事やお祝い事などの時に、庭先に飼っていた鶏を料理してご馳走を作っていました。

また、「寒漬け」は、水俣・芦北で昔から伝わる大根の漬物です。生の大根を冬の冷たい風にさらして乾燥させ、細切りにし、昆布・しょうゆ・みりんなどの調味料でつけ込んで作ります。真冬の寒い風にさらして作るので「寒漬け」と呼ばれているそうです。

### ② 12月19日(水): 宇城地区

#### びりん飯・白玉汁

「びりん飯」は、宇城地区三角町に伝わる郷土料理です。肉の代わりに豆腐を使った混ぜご飯です。豆腐を炒めるときに、「びりんびりん」という音がすることから、その名前がついたそうです。

また、宇城市小川町は白玉もちの原料である白玉粉の生産も盛んです。給食では、宇城市で作られた白玉もちを使った汁物を出します。



## 12月のリクエストメニュー

### 12月13日(木) 久木野小学校

#### 『風邪予防になるメニュー』

麦ごはん、豚汁、サラダちくわ、みかん、一食ふりかけ、牛乳

ビタミンCを多く含むじゃがいもを使ったサラダちくわや、野菜がたっぷり入った豚汁をメニューに取り入れてくれました。栄養のバランスもですが、真だくさんのみそ汁で心も体も温まる献立でした。まだまだ寒い日が続きますが、しっかり食べて元気に過ごしましょう。

## 12月の水俣産

○下田さん

【かぼちゃ・大根・白菜】

○森下さん

【人参】

○森山さん

【白菜】

○池田さん

【大根】

○芥木さん

【人参・ねぎ】

○勝目さん

【ゆず】

