

# 給食だより

平成22年11月号  
水俣市学校給食センター



## 11月のふるさとくまさんデー

11月18日(木)

### こぎつねごはん

みなまたさん こんぶ  
(水俣産の昆布)

### こぎつねごはん・・・

あぶらあ  
油揚げがはいったごはんです。油揚げは、「きつね」が好物で、油揚げの色や形が「きつね」に似ているところからなまえ名前がついたといわれています。



### 昆布・・・

きょう 今日のごぎつねごはんには、みなまた うみ こんぶ 水俣の海でとれた昆布がはいっています。みなまたしぎよきょうどうくみあい かいそう もり 水俣市漁業協同組合は、【海藻の森】として、こんぶ やわかめの養殖にとりくんでいます。こんぶ しゅるい ま こんぶ 昆布やわかめの養殖にとりくんでいます。昆布の種類は真昆布で、がつ たね みずいと うみ しず しゅうかく 12月ごろに種をつけた水系を海に沈め、3ヶ月ほどで収穫できます。今回こぎつねごはんを使用したものは、これをほした乾燥昆布です。しょう かんそうこんぶ また水俣の昆布は粘りが強いのが特徴だそうです。



さんまの甘露煮

こぎつねごはん

### 今月の地産地消

深川(ふかがわ)  
もりやまけんいち なつよ  
森山賢一・夏代さん

生しいたけ  
26日  
きのこポタージュ

宝川内  
(ぼうがわうち)  
いけだいくお  
池田郁雄さん

しょうが

15日  
24日



市ノ木(いちのき)  
やましたよしのぶ なおえ  
山下義信・直栄さん

長崎(ながさき)  
しもだくによし こ  
下田國義・エツ子さん

大根

9日・10日・11日・17日  
25日の煮物、汁、サラダ  
などに使いました。

### あおさ汁

だし汁は、けずり節でとった天然だしです。  
あおさは、天草でとれたものです。

### 市渡瀬(いちわたせ)

ちちいわたくみ  
千々岩巧さん  
レモン 15日



1 こずつし  
ぼってレモン  
あえにし  
ました。

