

# 11月30日(木)の給食



## 献立

献立	材料
ごはん	米
お魚の野菜あんかけ	白身魚 塩・こしょう 片栗粉 玉ねぎ 人参 ピーマン しょうが ごま油 しょうゆ 酒 砂糖 みりん ガラスープの素
ひじきの煮物	ひじき 大豆 油揚げ しょうゆ 砂糖 だし汁 酒
お野菜のポン酢和え	白菜 えのき かつおぶし ポン酢
はちみつレモンゼリー	はちみつ レモン アガー 砂糖 水
すまし汁	ちくわ 人参 大根 塩 しょうゆ だし汁



## 鹿尾菜

08の30日...

「鹿尾菜」と書いて何と読めるでしょうか?? 答えは **ヒジキ**

### 【語源】

明治の頃と言えませんが、古名の「ヒジキ」が転じて「ヒジキ」となると言われています。漢字名の「鹿尾菜」は形が鹿の黒くて短い尾に似ていることが由来の様です!



### 【旬】

ヒジキの旬は **春** です。しかれこの旬は採れる量が解禁日など人間の決めたルールに従って旬です。味付けで言えば **冬** の時期です。

その中でも新芽が伸びてまだ小枝や葉を出していない「1本ヒジキ」←これは柔らかくてアツクなもの

### 究極のヒジキ

しかれこの1本を採れ出すのは至難の業。もし出逢えたら幸運ですわ!

### 【雑学】

ヒジキは福澤諭吉が29日ホントウ科ヒジキ属に分類されました。

日本では古くから「ヒジキを食べれば長生きする」と言われており、前年9月15日には「ヒジキの日」となりました。年間消費量は約7000tにもなるといわれています。輸入が大半を占めていますが日本では古来より食べられている食材であり、縄文・弥生時代からすでに

