

ごま酢を
まぜましょう。

ぎゅうにゅう
牛乳

副菜皿

いとかんてん
糸寒天のごま酢あえ

飯椀

深皿

おやこどん
親子丼

とうふ なが なが なが
豆腐と長ねぎの赤出汁

健康食にこだわり、天下人となった**徳川家康**。徳川歴代将軍の平均寿命の倍を生きたそうです。その**家康も飲んだのが「赤出汁」**です。「**長寿こそ勝ち残りの源である**」。常々、こう語っていた家康の健康と寿命を支えていたのは、「**麦飯と豆みそ**」でした。

赤出汁とは、「豆みそ」で作るみそ汁です。みそには、原材料によって、「米みそ・豆みそ・麦みそ」があります。いつもの給食のみそ汁は、米みそで作られています。

一方、今日の赤出汁に使われているのは「**八丁みそ**」という豆みそです。米みそよりも**色が濃い**のが特徴です。



給食室の様子

給食での親子丼作りのポイントは一気に作らず、回数多く分けて作ることです。今日は計6回に分けて作っていただきました。

卵は別の人が運び、釜に加えます。他の食材や器具へ汚染がないよう注意をします。

中心温度が 85℃1 分以上保つことを確認し、しっかりと火を通します。

