

皿なし

ニューサマーオレンジ

副菜皿

しお づ
塩こぶ漬け

ぎゅうにゅう
牛乳

深皿

おやこどん
親子丼

飯椀

とうふ あかだし
豆腐とわかめの赤出汁

徳川家康の健康を支えた「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



〔ニューサマーオレンジ〕皮の色が黄色いので、グレープフルーツのように見えますが、「オレンジ」です。



かつお節と昆布からいねいにダシをとり、八丁みそを使って赤出汁に仕上げました。