



こんげつ

今月の

きょうど りょうり きゅうしょく

郷土料理給食

きょう こんだて
～今日の献立～

ごはん・チキン南蛮
切り干し大根の煮物
ざぶ汁・牛乳

がつ にち きん
9月19日(金)
みやざき けん きょうど りょうり
宮崎県の郷土料理



【チキン南蛮】

こむぎこ と たまご から とりにく
小麦粉と溶き卵を絡めた鶏肉を
あぶら あます ひた
油で揚げ、甘酢に浸してタルタル
ソースを添えた宮崎県延岡市
はっしょう りょうり
発祥の料理です。

【ざぶ汁】

おも こんさいるい つか みやざきけん きょう
主に根菜類を使った宮崎県の郷
どりょうり えいようまんてん かていりょう
土料理です。栄養満点で家庭料
り した
理として親しまれています。



【切り干し大根】

みやざきけん きりほしだいこん いちだいさんち きりしま
宮崎県は切り干し大根の一大産地です。霧島
おろしの つめ にしかぜ なんごく とくゆう
冷たい西風にさらし、南国特有
の強い日差しのもと、半日から1日あまり
つよ ひざ はん にち にち
りで、切り干し大根に生まれ変わります。



きょう きゅうしょく しつ
今日の給食室

きょう こんだて
～チキン南蛮が、カラッと揚げられました～

