

忠岡町の大阪産(もん)を使用した給食献立の紹介

◎5/6(木)の献立 ごはん・牛乳・さといもコロッケ・さわにわん



【大阪で獲れた里芋を使用した里芋コロッケ】

さといもコロッケのさといもは、大阪府内で獲れた、さといもを使用しています。

☆学校給食でたびたび出てくる定番メニュー「さわにわん(沢煮椀)」を紹介します。

さわにわん(以下沢煮椀)は、豚肉や野菜の香りや舌ざわりが楽しめ、さっぱりした味付けで食が進む汁物です。

昔は「多い」ということを「沢」と呼ばれていました。「沢」には、3つの意味があります。

- ① 野菜がたくさん入っている。
- ② 薄い味つけ。
- ③ 千切りの具が沢の水の流れに見える。

以上のことから、「野菜たっぷり」で、汁を飲めば、栄養も簡単に摂取できる。」このような理由で、子どもたちの成長期を支えてくれる学校給食の献立に「沢煮椀」がたびたびできます。