



# なかもとランチタイム

★今日のこんだて★ ☆日本の郷土料理高知県☆

かつおの  
たたきあげ



ゆずあえ

むぎごはん

ぐるに

## 【給食のお話】

今日は日本の郷土料理高知県です。高知県は、日本の四国地方にある県の1つです。高知県と言えば、おいしい鰹や、坂本龍馬、よさこい祭り、ゆず、土佐犬などが有名です。鰹はとくにおいしい！と有名で、日本で1番鰹が食べられている県としても知られています。本場高知県のかつおのたたきは絶品だそうです。

ぐる煮は、高知県の郷土料理の1つです。「ぐる」というのは、高知の方言で仲間、集まり、一緒という意味があります。いろいろな食材を集めて一緒くたにして煮込むことからぐる煮と名付けられました。今日は昆布、かつお、しいたけの出汁のうまみが出ていて、おいしいぐる煮になっています。

## 【担任の先生方へ】

今日は特にありません。  
いつもありがとうございます♪

## 【昨日の残菜】

- ★むぎごはん：7.7kg (約53人分)
- ★なまあげとキムチの炒め煮：3.9kg (約24人分)
- ★ごまだれサラダ：0.9kg (約20人分)
- ★ぎゅうにゅう：18本

自分が食べられる量を考えて、みんなで  
いしきしてみよう！苦手でもあと1くち  
チャレンジ♪



仲本小学校全体の残菜率は3.1%でした！