

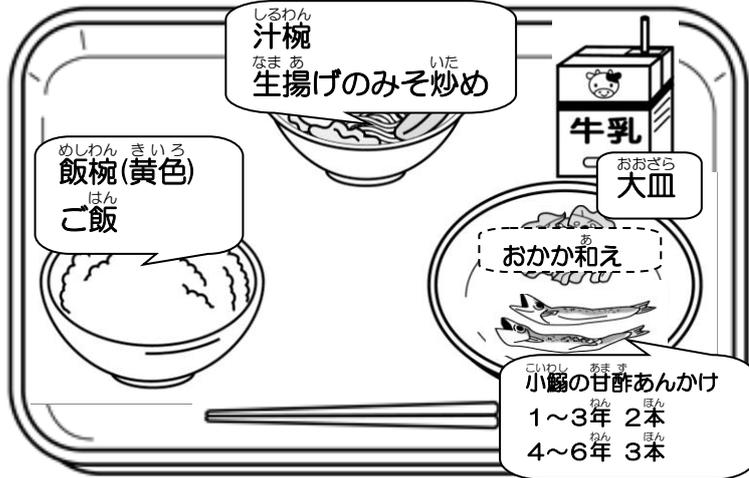


きゅうしょくニュース



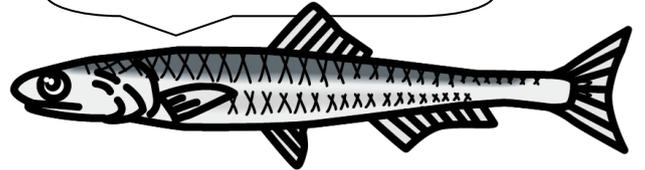
れいわ ねん がつ にちかようび
令和6年5月28日 火曜日

す まめちしき お酢の豆知識



きゅうしょく ばんおお つか
給食で1番多く使うのは、
こめ こむぎ
米・小麦・とうもろこしなどの
こくもつ つく 穀物から作られる穀物酢です。
ほか
他にも、ぶどう酢やりんご酢
など、料理によって使い分けて
います。

こいわし
小鯛は、カタクチイワシです。
ちばけん みずあ
千葉県で水揚げされました。



お酢は、穀物や果物などのお酒を酢酸菌で発酵させて作ります。
お酢の歴史は古く、世界をみると、紀元前5千年ごろの文献に、
お酢についての記録が残っているそうです。世界で1番古くからあ
る調味料といわれ、保存食を作るために使われてきました。日本に
は、今から千七百年くらい前に中国から伝わったそうです。

昔は、お酢の抗菌作用を利用して、虫刺され、あかぎれ、咳止め
などの薬としても使われていました。今では、抗菌効果の他に疲労
回復やお腹の調子を整えるなど、様々な健康効果があることが分
かっています。暑さでバテた体を回復させるためにも良いです。

今日は「穀物酢」というお酢を使って、甘酢あんを作り、油で揚
げた小さな鯛にかけました♪

☆今日の給食に使っている千葉県産の食べ物☆

こめ きゅうにゅう
米 牛乳 カタクチイワシ キャベツ

ちばけんさん た もの
船橋市産→小松菜 人参

