

きゅうしょくしつからのお知らせ

れいわ ねん  
令和5年

6月15日(木)

# きょうのもりつけ

あじさいゼリー

さば しょうが や  
鯖の生姜焼き

うめ  
梅ごはん

みそけんちん汁



きゅうにゅう  
牛乳

☆みそは新潟県  
とうかまち うすい  
十日町の白井  
のうま 農園から届きま  
した。

ちよっとメモ

きょう がつ にち しょうが ひ しょうが むかし からだ  
今日6月15日は“生姜の日”です。生姜は昔から、体  
よ しょくざい せいかつ と い  
に良い食材として生活に取り入れられてきました。そこ  
で、生姜の魅力をもっと知ってもらうきっかけになるよう  
しょうが みりよく し  
に、記念日が制定されました。生姜のことを古くから“は  
きねんび せいいてい しょうが ふる  
じかみ”と呼び、石川県金沢市にあるはじかみ神社で行わ  
よ いしかわけんかなざわし じんじゃ おこな  
れる『はじかみ大祭』の日が6月15日であることからこ  
たいさい ひ がつ にち  
この日になりました。料理の中では薬味や香辛料として使わ  
ひ りょうり なか やくみ こうしんりょう つか  
れることが多いですが、少量で健康効果を発揮する、大切  
おお しょうりょう けんこうこうか はっき たいせつ  
な食材です。今日は“鯖の生姜焼き”にしました。残さず  
しょくざい きょう さば しょうが や のこ  
いただきましょう！

きょう じ ばのうさんぶつ かず だいこん なかののうえん こまつな  
今日の地場農産物 和ファームより大根、中野農園より小松菜です。