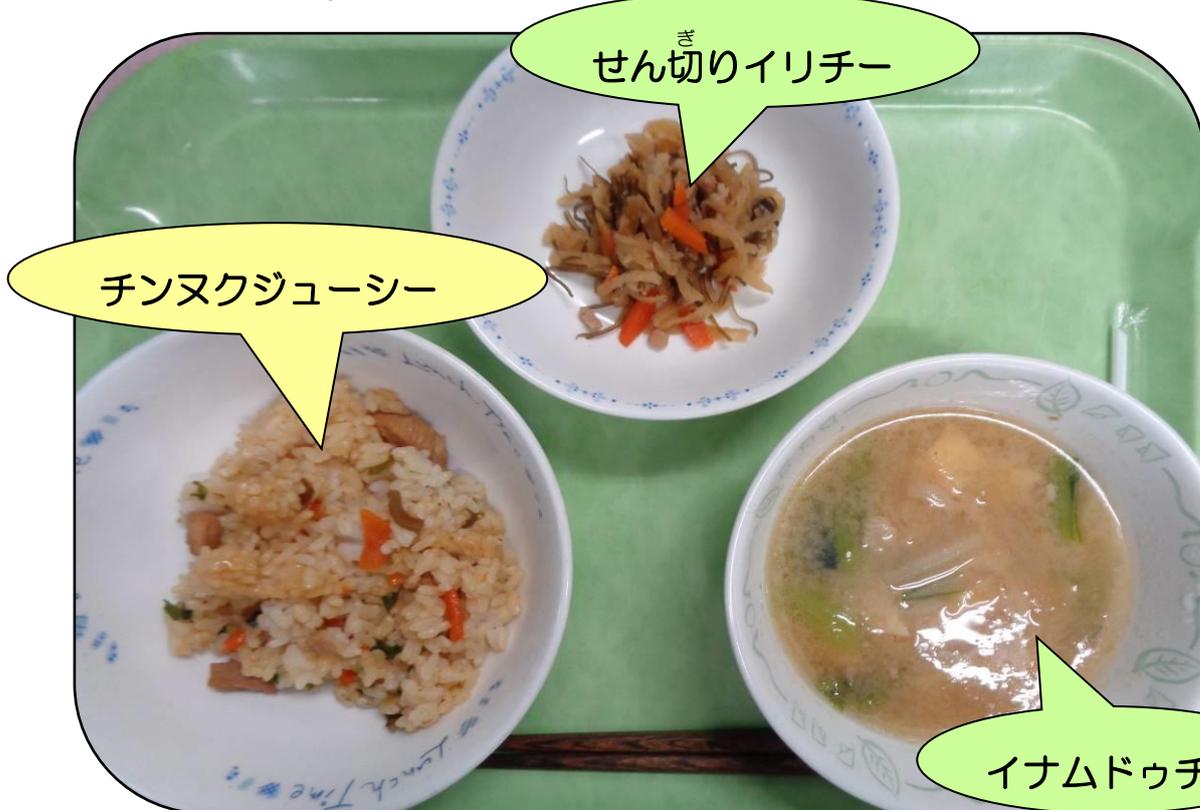


きゅうしょくしつからのおしらせ

れいわ ねん  
令和6年

10月21日(月)

# きょうのもりつけ



チンヌクジュージー

せん切りイリチー

イナムドゥチ



きゅうにゅう  
牛乳

ちよつとメモ

きょう おきなわけん きょうどりょうり  
今日は“沖縄県の郷土料理”です。“チンヌクジュージー”  
の“チンヌク”とは<sup>さといも</sup>里芋のことで、“ジュージー”とは<sup>た</sup>炊き  
<sup>こ</sup>込みごはんのことをいいます。沖縄ではよく冬場に食べら  
れている<sup>さといも</sup>里芋の炊き込みごはんです。おかずの“せん切り  
イリチー”は<sup>きりほしだいこん</sup>切干大根と<sup>ぶたにく</sup>豚肉と<sup>こんぶ</sup>昆布を<sup>いた</sup>炒め煮に<sup>に</sup>した料理で  
す。イリチーは<sup>いた</sup>炒め煮のことをいい、<sup>だいひょうてき</sup>代表的なイリチーに  
「クーブイリチー」という料理もあります。また、“イナム  
ドゥチ”は<sup>ぶたにく</sup>豚肉入り<sup>い</sup>もみ<sup>しる</sup>みそ汁です。沖縄県の<sup>おきなわけん</sup>独特な料理名も  
知り、<sup>ちようじゆけん</sup>長寿県の1つでもある<sup>おきなわけん</sup>沖縄県の料理をよく<sup>りょうり</sup>味わっ  
て<sup>あじ</sup>食べましょう！

きょう じばのうさんぶつ なかののうえん こまつな  
今日の地場農産物 中野農園より小松菜です。