

もぐもぐだより

宮津市学校給食委員会
献立作成部会
令和7年11月21日
No.9

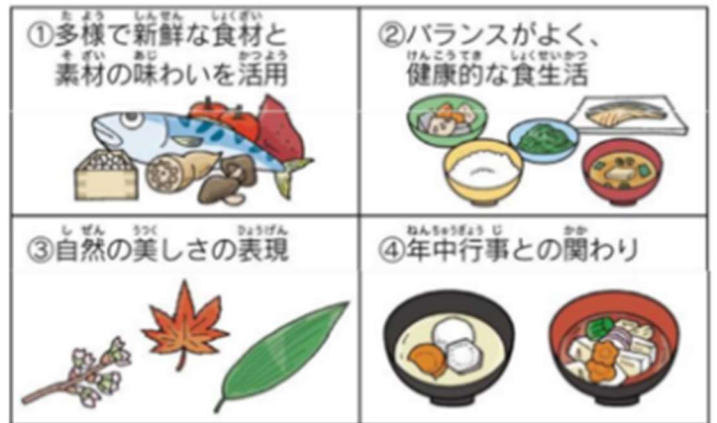
「だし」で味わう和食の白！

和食は、平成25年に「無形文化遺産」としてユネスコに登録されました。また、平成25年には、「¹「¹いいに²ほん⁴しょく」の言葉から、¹1月²24日を「和食の日」と決めました。無形文化とは目に^み見える^{かたち}形では残らないため、^{わたし}私^{にほんじんひと}たち日本人一人^りひとり^{わしょくぶんか}が和食文化への理解を深め、^{りかい}次世代に^{ふか}伝えてほしいという願いが込められています。

「だし」とは、昆布やかつお節などから水やお湯を使ってうま味をひきだしたものです。

給食の中でもだしを大切にしています。
みそ汁なら煮干し、すまし汁なら昆布とかつお節でいちからとっています。また、季節の食材の活用や行事食を取り入れるなどさまざまな形で和食を知ってもらう工夫をしています。

和食の特徴



和食の基本「だし」



日本のだしは、お吸い物やみそ汁、野菜の煮物などの和食のベースになります。さまざまなおいしい和食でだしを味わいましょう。

給食室

限られた時間の中で、だしのうま味を最大限に引き出せるように、火の入れ方やだしを取り出すタイミングなど、だしの出方を見ながら考えます。

かつおとこんぶ（すまし汁）



煮干し（みそ汁）



11/21(金)に「だし」を味わう和食の日献立を実施します。

和食の白献立

- ・鶏ごぼうごはん ・牛乳
- ・聖護院大根のそぼろ煮
- ・白菜の炊いたん
- ・ゆばのすまし汁