

# 和食の日



和食の日に合わせ、市内公立保育所 7 所では

- さばのごまみそ焼き
- 変わりきんぴら
- すいとん入りすまし汁

の和食メニューを提供しました。

当日は給食展示とともに「和食の日」について  
掲示をしました。

「だしのうま味」は他の食材の味を引き立てる  
ほか、減塩にもつながります。

給食ではいろいろな「だし」を活用しています。



いいにほんしょく

11月24日は  
「和食の日」



・こんぶ



かつおぶし

## 子どもたちに伝えたい和食文化！

「和食」をはじめとする日本の食文化を大切にして、  
日々の生活に活かしましょう。

保育所給食では「だしの旨味」を利用して、  
減塩に努めています。

煮物：かつお節（煮汁の1%）

みそ汁：煮干し（汁量の0.8%）

すまし汁：干し椎茸、昆布、かつお節  
（汁量の0.4%、0.4%、2%）



にぼし



ほしえび



給食を大きな口でパクリ！

栄養バランスがよく、季節感があり、正月や節  
供などの行事を表すなどの特徴が和食にはあ  
ります。

この素晴らしい食文化を子どもたちへ伝えて  
いけるよう、引き続き和食を取り入れた給食を  
心掛けていきます。

富津市役所保育課  
令和5年 11 月