

おやまだ給食だより

2022年2月号

～おでんについて～

寒い日はとても美味しいですね。全国で有名なおでんをご紹介します。
気分を変えて他県のおでんも味わってみてはいかがでしょうか。



北陸



金沢(石川) : 出汁は甘口の醤油で味をつけた上品な味
具) カニや貝類などの海の幸、赤巻き

飯田(長野) : 長ねぎと削り節を加えたネギ醤油だれをつける

九州

九州では柚子胡椒をつける

博多(福岡) : 鶏だしに九州特有の甘醤油
具) 餃子巻き

長崎 : あご(飛び魚)のだし
具) 竜眼、海や山の幸

沖縄 : 辛子の代わりにマスタード使う
具) 豚足、ソーセージ、青菜

四国

香川 : 白みそと赤みその2種類のたれをつけて、うどんのおかずとして食べる。

高知 : 鶏ガラの濃厚なだし
具) じゃこ天、じゃがいも

関西

関西のだしは昆布と淡口醤油の透明であっさりとした味付

大阪 : 牛すじ、たこを必ず入れる
京都 : 豆腐、がんもどき、京野菜

北海道・東北

札幌 : 山菜や貝類を入れる
マフラー(さつま揚げ)が定番

青森 : 生姜みそだれをつける

仙台(岩手) : さんまのつみれ

秋田 : 焼き干しいわしの甘めの出汁

関東

関東ではちくわぶが定番の具

小田原(神奈川) : 練り物が有名で様々な種類を入れ、他にもつみれ、厚揚げなど入れた具沢山のおでん。
梅みそをつけて食べるのが特徴

東海

静岡 : 味噌ベースの出汁
青のりや魚粉をかける
具) 黒はんぺん、なると巻

名古屋 : 味噌おでん
八丁味噌の濃厚な味わい
具) 焼き豆腐、豚モツ

1月の行事食のご紹介

元旦



成人の日



豚肉の味噌鍋



2月の行事食

御一日献立

2日 ねぎま鍋

3日 節分

11日 建国記念日

18日 ちゃんこ鍋

23日 天皇誕生日

栄養相談を受けてみませんか？

★外来患者様へ★

血糖値が気になる、血圧が高い、などでお困りではありませんか？お気軽に栄養相談にお越しください。管理栄養士が、できるだけわかりやすくお話しします。ご希望の方は担当医にご相談ください。

★入院患者様へ★

お食事のことでご相談があれば担当栄養士が伺いますので病棟スタッフに声をかけてください。