

令和7年5月8日の給食

11 和食文化を
伝えよう



呉 汁

大豆を水に浸し、すりつぶしたものを「呉」と言います。呉を入れたみそ汁が呉汁です。

大豆と、いろいろな野菜の入った呉汁は、栄養価が高く、栄養バランスもよいので、給食にもしばしば登場します。



★ 春キャベツの彩り和え

☺ 八王子産キャベツ、
小松菜使用

★ 牛乳

★ 果物(河内晩柑)

★ 鮭の塩焼き

★ ごはん

★★ 呉汁

☺ 八王子産大根、長ねぎ使用



だし



大豆

ミキサー

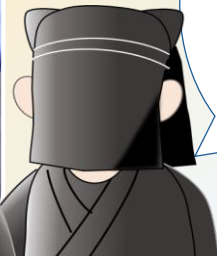


呉



呉は、豆腐の基になるものです。
大豆をすりつぶしたもののなので、
大豆の持つ栄養をすべて摂ることが
できます。

ゆでた大豆に
だしを加えて
ミキサーで
すりつぶします



呉汁

完成!



呉汁は、体も温まることから、冬場の
郷土料理として日本各地で昔から親しま
れてきました。その土地の名物や特産品
を具材にするなど、特色ある郷土料理と
しても、各地に根付いています。

呉を入れます

