

岐阜県の郷土料理について知ろう

岐阜県は、緑豊かな山や清らかな水が流れる川があり、自然が豊かなところです。そしてこの豊かな風土に育まれた特産物や郷土料理が数多くあります。皆さんはいくつ知っていますか？

下記に、郷土料理とそれらが食べられている地域を紹介します。

岐阜市の学校給食では、「ふるさと食材の日」や「味の旅」で特産物や郷土料理を紹介しています。昔から大事に伝えられてきた地元の郷土料理を、私たちも食べ繋（つな）いでいきたいですね。

おとし

大歳のごっつお

大歳のごっつおは岐阜県の広い範囲で食されている郷土料理。地域によっては、「年越し料理」「年越し煮」などと呼ばれています。給食では、大歳のごっつおをアレンジしてこぶ汁として提供します。



けい鶏ちゃん

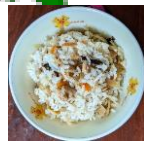
郡上市、下呂市、高山市南部の郷土料理。しょうゆやみそをベースにしたタレに漬け込んだ廃鶏（卵を産まなくなった鶏の肉）を、キャベツなどといっしょに焼いて食べる家庭料理です。

郡上市
下呂市

関市
岐阜市
恵那市

かきまわし

岐阜市近郊で、親せき等の人が集まるときに振る舞われる料理。かきまわしとは、混ぜご飯のことです。



ごへいもち

五平餅

五平餅は、東濃から飛騨にかけての郷土料理。ごはんを軽くつぶして串にさし、味噌やしょうゆベースのタレをつけて焼いた料理です。

今月の献立テーマ ～「冬野菜と煮込み料理」～

12月は、師走と呼ばれるように年末に向けて慌ただしい日々になる月で、本格的な冬が到来します。給食では、寒さに負けず元気に過ごせるように願い、冬野菜や根菜類を多く使用した具沢山の汁物や身体が温まる煮込み料理を多く取り入れました。また、冬至に合わせた献立や、年末のお楽しみ給食を取り入れました。



岐阜の味を紹介

だいこん

岐阜・西濃及び中濃地域では、秋から春にかけて、だいこんが作られています。平坦地のだいこん産地では岐阜市がもっとも栽培面積も広く、収穫量が多いです。岐阜市の長良川北岸の砂質土壌地帯は、耕土（こうど）が深く根菜類の栽培に適しており、古くからの野菜産地です。

今月の給食メニュー

「大豆入りツナごはん」
ご家庭で作ってみませんか？



作り方はこちらから

寒さに負けない！ 冬の食生活のポイント！！

- ① 一日3食きちんと食べる！ 肉・魚・豆腐や野菜などがたくさんとれる鍋料理などを取り入れて、栄養バランスのよい食事を！
- ② 水分補給をしっかりとる！ 寒い季節は、水分補給が少なくなりがちです。食事に味噌汁などの汁物を取り入れて、水分補給を！

