



# 五 一 中 今日の給食

～「食」に関わる全てのことに感謝して、  
美味しくいただきますよ！～

令和3年11月19日(金)

献立

## だまこ鍋・牛乳・切干大根の塩ナムル・ 甘納豆蒸しパン

今年度最初のだまこ給食です。11月、12月、2月の食育の日あわせて実施する予定です。美味しくいただきますよ！

### だまこ鍋 ～米消費拡大地域活動推進委員会バージョン～ (米20kgでだまこを作るときの分量)

〈材料〉

だし汁の分量

- ・煮干し 700g
- ・日高昆布 大きな袋1、小袋1
- ・花鰹 3袋(100g)
- ・ごぼう 15本
- ・ねぎ 5束
- ・鶏肉、皮油 5羽分
- ・とりがら 10羽
- ・セリ 10束
- ・しいたけ 2kg
- ・スープ 食缶 5つ分
- ・しょうゆ 3.5カップ×5
- ・みりん 2カップ×5
- ・みそ 140g×5

だまこもち  
・米20kg

炊きたてのご飯を半穀しに潰し、濃い塩水を付けながらピンポン玉程度にまるめる。

米は前日にといておくと良いそうです。

※このだまこ鍋は、本校の文化祭や町内のイベントに出店したときしか食べることが出来ません。  
給食とはまた違った味わいで美味しいです！



給食では盛り付けただまこもちを自分で汁の中に入れていただきます。本来は鍋物なので一緒に煮て食べるのですが...

熱量 895kcal たんぱく質 36.45 脂質 31.3g カルシウム 342mg 食物繊維 5.1g

## 「だまこ鍋」

「だまこ鍋」の言葉の由来は、ご飯をつぶして丸めるという意味の「だま」に秋田の方言の「こ」がついたものだといわれており、キリタンポより先に作られていたそうです。

マタギが山中で食事をする際、冷たくなったご飯をつぶして、鍋の中に入れて食べたのが始まりとも、農家の家庭料理が始まりともいわれている、五城目の郷土料理です。

今日は朝から五城目町米消費拡大地域活動推進委員の皆様が来校し、家庭科室で全校分のだまこもちを作ってくださいました。

本校から寄贈した餅つき機が大活躍しています！

今日も美味しかったです！  
ありがとうございました。



## 地場産物使用率(カロリーベース) 93%

### 小倉のせり



五城目町で有名な「小倉(おぐら)のせり」。とても新鮮で青々としています！

真っ白で長い根が特徴で、葉や茎より根っこがおいしいという人も少なくありません。昔から当たり前のように根っこまで食べていました。もちろん給食でも余すところなく活用し、全部美味しくいただきました!!

せりはだまこ鍋に欠かせない食材のひとつで、今が旬です。