

地元料理人による「和食給食」献立特別号

令和7年11月12日（水）
四倉学校給食共同調理場（中学校）

「和食給食」

和食は日本人の素晴らしい文化のひとつです。

「和食」のよさを知ってもらうために、今日はプロの料理人が考えた和食の献立が登場します。

いわき市の和食料理店「福いる」の塩井大輝さんが、みなさんのために献立を考えてくださいました。

「いわきの食材の豊かさを知ってほしい」という塩井さんの想いをのせて、地場産物をたっぷり使った和食給食を市内の全小中学校で実施します。



和食料理店「福いる」
塩井大輝さん

和食の特徴

もっと詳しく知りたい人はこちらへ♪
【一般社団法人和食文化国民会議 HP】



多様で新鮮な食材と
その持ち味を活かす工夫



健康的な食生活を支える
栄養バランスが整っている



自然の美しさや季節の
うつろいを表現する



正月などの年中行事との
密接な関わりがある



おしながき

ごはん

牛乳

かつおのトマト香味だれ

いわききのこと

切り干し大根の

油炒め

いわきいっぱい豚汁

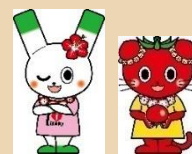
一口りんごゼリー



「かつおのトマト 香味だれ」

香味だれ

「常盤もの」のかつおに、いわき市産のトマトと長ねぎをたっぷり使った甘酸っぱいたれをかけました。にんにくの風味がかつおによく合い、ごはんがすすみますよ。



「いわききのこと 切り干し大根の油炒め」

いわき市産の「なめこ・エリンギ・しいたけ」を使った炒めものです。なめこやエリンギの食感に、しいたけのうま味加わり、かめばかむほど味わい深い一品です。

豊かないわきの食材は
こちらからチェック♪



「いわきいっぱい豚汁」

いわき昔野菜の一つ「太白」という品種のさつまいもと、四倉町で栽培が進んでいる「青パイヤ」が入った豚汁です。昔から大切に受け継がれてきた「太白」と、新しい「青パイヤ」のコラボレーションを味わってください。

「太白」は、名前の通り
白い肉質が特徴です。

【いわき昔野菜図鑑其の参より】



青パイヤは味にくせがなく、野菜として
食べられています。

「一口りんごゼリー」

福島県産りんごを使った一口ゼリーです。