

令和7年度 11月 とおかまちメニュー

☆テーマ：「松代棚田ハウス」の魅力発信！！里山料理と先人の知恵がつまったメニュー！！



【料理名】

ごはん
牛乳
車麩フライほっぽろ漬けソース
うち豆入りポテトサラダ
ずいきのみそ汁

【献立概要】 『キラッと新潟米☆地場もん献立』

- 車麩フライほっぽろ漬けソース
車麩にパン粉をつけて揚げ、地元高長醸造場のほっぽろ漬を使った甘味のあるソースをかけた一品。
- うち豆入りポテトサラダ
農家で越冬の食料として重宝されていた「うち豆」をポテトサラダに入れた一品。うち豆の食感とコクでおいしさアップ。
- ずいきのみそ汁
里芋の茎部分「ずいき」を干した「ずいき干し」を使ったみそ汁。ずいきのシャキシャキ感がアクセントになって他の食材を引き立てる。（松代地域の農家さんから全施設分提供いただきました）

十日町市栄養教諭・十日町市教育委員会