

令和8年6月15日 月曜日

100年フード  
高知県

★野菜の彩り和え

☺八王子産小松菜使用

★鶏のゆずがらめ

★牛乳



★ごはん

★★にらたま汁

☺八王子産玉ねぎ、じゃがいも使用

八王子市教育委員会 八王子市学校給食センター元八王子

# 100年フードを食べて 食文化を学ぼう！



## 100年フードとは …

地域の食文化を、未来に向けて100年  
続けていくことを目指した、文化庁の  
取組です。現在、全国で329件の食文化  
が認定されています。

今月は、

高知県 → ゆず料理

# 高知県



# ゆず料理



ちゅうげいちいき  
中芸地域

高知県は、日本最後の清流と言われる「四万十川」が有名で、坂本龍馬の出身地としても知られています。また、かつおのたたきや文旦がおいしい県です。

高知県の東部に広がる中芸地域には、かつて西日本最大の森林鉄道が走っていました。現在、その線路の跡は、ゆず畑の風景広がる「ゆずロード」となり、ゆずの景観とゆずの食文化を堪能することができます。

# 高知県



# ゆず料理



「ゆず果汁」は柚酢(ゆのす)と呼ばれ、昔からお酢のかわりとして使われてきました。

給食では、「ゆず果汁」を使って作った、“鶏のゆずがらめ”を食べました。

