

令和8年9月11日 金曜日



★ 果物(ピオーネ)



★ 牛乳

★ スタミナキャベツ



★ とんてき

©八王子産にんにく使用



★ ごはん



★ みそ汁

©八王子産だいこん、長ねぎ使用



八王子市学校給食センター はちっこキッチン元八王子

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

三重県四日市市の
「四日市とんてき」



伝統の100年フード部門 ～江戸時代から続く郷土の料理～

三重県

四日市とんてき



四日市市は三重県の北部にあります。昔この地域で、四のつく日に市場が開かれていたことから「四日市」という名前がつけました。現在も11の定期市が開かれています。

分厚い豚肉をにんにくと一緒に濃いめのタレでソテーし、たっぷりの千切りキャベツをそえた料理です。昔から、働く人が元気になるスタミナ料理として、街のいろいろな店で食べられています。今では、四日市とんてき協会と高校生が一緒に新しいメニューを開発するなど、四日市市のソウルフードとして親しまれています。

三重県 四日市とんてき

給食では、角切り肉にアレンジして
作りました。ソースも手作りです！

