

令和8年2月26日 木曜日

東京うど

★果物(せとか)

★牛乳

★東京うどの炒め煮
☺八王子産にんじん、東京うど

★鯖のごま風味焼き

★ごはん

★チンゲン菜と豆腐のみそ汁
☺八王子産にんじん使用

「うど」とは…

うど(独活)は、日本原産の野菜です。

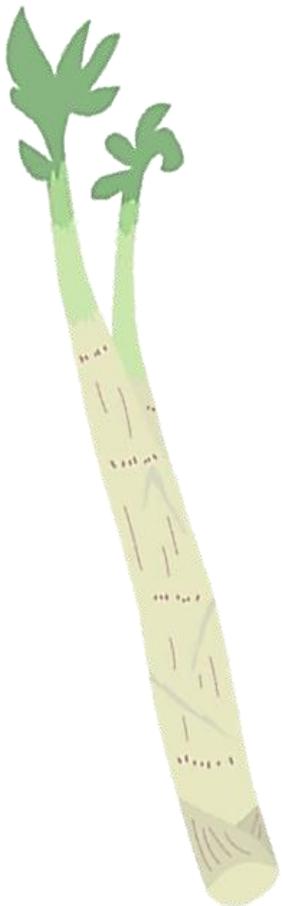
根株に土をかぶせて栽培される、薄緑色の「山うど」、光を当てずに栽培される真っ白な「軟白うど」があります。

軟白うどは12月～4月が旬です。



東京うど

「東京うど」は江戸東京野菜の一つです。
主に、立川市や国分寺市などで栽培されています。



江戸東京野菜とは…

江戸期から始まる東京の野菜文化を継承するとともに、種苗の大半が自給または、近隣の種苗商により確保されていた昭和中期までの在来種、または在来の栽培方法等に由来する野菜のこと。

(JA東京HPより)

