

みんなで食べよう!! 家康公メニュー

令和6年5月 岡崎市教育委員会

令和6年度「家康公メニュー」第1弾です!

今年度は岡崎市の「もっと家康公“ど”まんなかプロジェクト」の一環として、給食では家康公メニューを提供します。家康公が好んで食べていたとされる食材を使った給食です。家康公のような長寿で健康な体を作っていきましょう!



れんこんのきんぴら



家康公は、静岡県の特産品である「麻機れんこん」を好んで食べていたそうです。れんこんと山芋をすり潰し、ご飯にかけてとろろ飯のようによく食べたそうです。今回の給食では、れんこんを甘辛く味を付けたきんぴらとして登場します。

八丁みそヒレカツ



岡崎市生まれの八丁みそを使った「みそだれ」をヒレカツに付けて食べます。家康公の魂を受け継ぐ岡崎っ子のみなさんは、これで元気もりもりですね!

わしが長生きできたのは、麦ごはんやみそ汁などの質素な食事のおかげじゃ。



八丁みそ使用



八丁みそまんじゅう

家康公と同じ岡崎市生まれの八丁みそを使ったまんじゅうです。



麦ごはん

麦ごはんは、ビタミンや無機質が豊富です。家康公は、健康に過ごすために麦ごはんを好んで食べていたそうです。

三根五菜みそ汁

「根を食べる野菜」3種類と「葉を食べる野菜」5種類使い、八丁みそで味をつけた栄養たっぷりのみそ汁です。家康公は、赤みそや八丁みそなどの大豆から作られる豆みそを好んで食べていたといわれています。愛知県のみそ汁に豆みそが多いのは、家康公が関係しているともいわれています。