

5月行事 こどもの日

柏の葉は、神様のお供え物を盛る器として使われ、神聖な木とされていました。柏の木は寒い冬を乗り越え、次の新芽が出るまでは葉を落とさないことから、子孫繁栄（こどもが無事に育つ）を願う縁起物として、こどもの日に柏餅を食べるようになりました。



2021年 こどもの日 行事食 当社取扱商品のご紹介



アレルギー物質 28 品目
不使用の柏餅です。



ミニ柏餅

規格：30g×40個×5箱

行事食レシピ かつお飯

カツオは「勝男」に通じることから、端午の節句には欠かせない食材です。鹿児島県ではこどもの日と初カツオの時期が重なることから、子どもの健やかな成長を枕崎特産の縁起魚「かつお」にあやかろうと祭りが開催されます。



献立栄養価(1人分)

エネルギー(kcal)	312	亜鉛(mg)	1.4
たんぱく質(g)	9.5	ビタミンA(μgRE)	6
脂質(g)	1.4	ビタミンB1(mg)	0.11
ナトリウム(mg)	337	ビタミンB2(mg)	0.10
カルシウム(mg)	70	ビタミンC(mg)	1
鉄(mg)	1.3	食物繊維(g)	0.5
マグネシウム(mg)	29	食塩相当量(g)	0.9

材料(1人分)

- ・ [学校給食用カルシウム米\(1g\)](#)
- ・ 精白米(75g)
- ・ 水(90g)
- ・ かつお角切り(冷凍)(25g)
- ・ 生姜汁(0.5g)
- ・ 薄口醤油(5g)
- ・ 酒(2.5g)
- ・ ねぎ(適量)

(※青色文字の材料は弊社取扱商品です。)

作り方

- ① 解凍したかつおを生姜汁、醤油、酒に1時間程つけておく。
- ② 炊飯の際に、カルシウム米と①を汁ごと入れる。(水の分量は調整する)
- ③ 炊き上がったたらお好みで小口切りにしたねぎをかける。

商品・レシピはSN食品研究所HPをご覧ください

SN食品

検索

