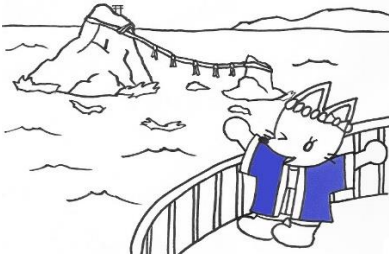


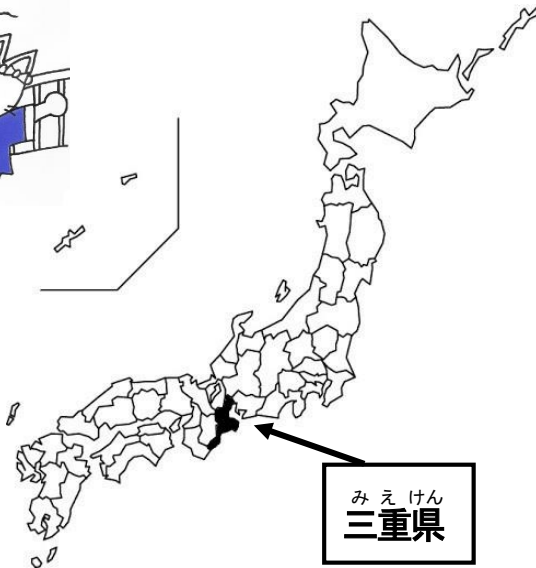
ねん ど  
2023 年度

あ じ  
こんちゃん ときめぐり

みやざきけん しゅっぱつ にほん ちゅうおう い  
宮崎県を出発したこんちゃんは、日本のほぼ中央に位  
ち みえけん でんとう れきし い せじんぐう  
置する三重県にやってきました。伝統と歴史ある伊勢神宮  
めおといわ かんこうめいしょ ゆうめい かんこうめいしょ  
や、夫婦岩などの観光名所が有名です。また、観光名所だ  
い せ まつさかうし た にんき  
けでなく、伊勢えびや松阪牛などの食べものも人気があり  
ます。



みえけん  
三重県



みえけん  
三重県

どん  
とんてき井

にち  
(19日)



とんてきは、ふあつ ふたにく にんにくといっしょに濃い  
ソースで味つけした豚肉のステーキで、みえけんよっかいちし  
めいぶつりょうり  
の名物料理です。

よっかいち きょうかい よっかいち  
「四日市とんてき協会」によると、「四日市とんてき」  
について、

- ①ソテーしたあつぎ ふたにくの豚肉である。
  - ②くろ いろ あじ こ 黒っぽい色の味の濃いソースがからめられている。
  - ③にんにくがそ 添えられている。
  - ④つけあわせは、せんぎ せん切りキャベツがしゅ 主である。
- ていぎ  
と定義しています。

きゅうしょく すこ うすぎ ふたにく しょう  
給食では、少しアレンジして、薄切りの豚肉を使用  
し、ソテーしたキャベツをごはんにのせてた べます。

