

10月 給食だより



さわやかな秋空が広がる季節になりました。秋は、「スポーツの秋」「芸術の秋」「読書の秋」といわれるように、いろいろなことにじっくりと取り組むことができる季節です。

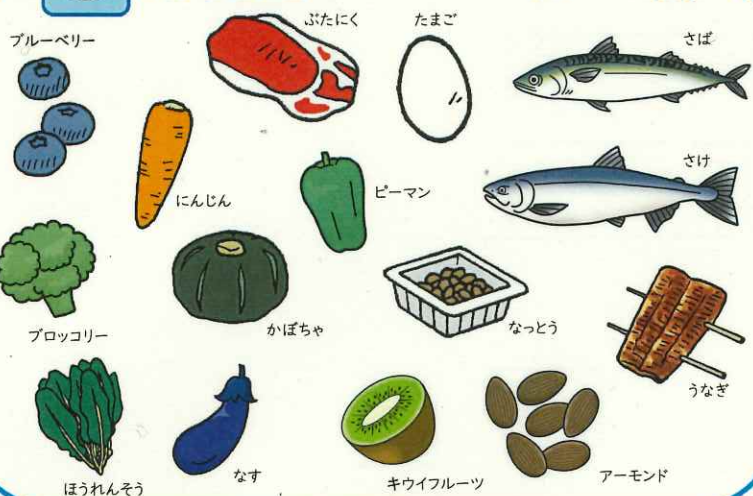
また、「食欲の秋」でもあります。今が旬の「さつまいも、くり、なし、りんご」など、「実りの秋」に感謝して、秋の味覚を楽しみましょう。

10月10日は の愛護デー！

みなさんは、1日にどれくらいスマートフォンやタブレット、テレビを見ていますか？目がつかれると、頭がいたくなったり、肩がこったりします。遠くを見るなどして目を休ませるほか、目の健康にいい食べ物をすすんで食べるようにしましょう。



の健康にいい食べ物



これらの食べ物には、目の健康を守ったり、目の疲れをなおしたり、目を乾燥から守ったりするはたらきがあります。いつまでも大切にしたい目のために、すすんで食べてみませんか。

小泉八雲ゆかりの地献立



小泉八雲とセツが出会ったまち 松江

9月29日(月)から放送開始となる NHK の連続テレビ小説「ばけげ」は、松江市にゆかりのある作家「小泉八雲」の妻「セツ」がモデルとなった物語です。そこで、今月の給食では、小泉八雲にゆかりのある土地の食べ物や料理を給食に取り入れました。

熊本県 ~れんこんの炒め物~

熊本県は「からしれんこん」が有名なので、給食では、れんこんを使って炒めものを作ります。

静岡県焼津市 ~ちくわの和え物~

焼津市は、「黒はんぺん」や「ちくわ」などが有名なので、給食では「ちくわ」を使った和え物を作ります。

兵庫県 ~ばち汁~

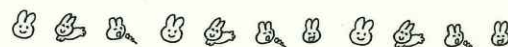
神戸の郷土料理に「ばち汁」というものがあります。兵庫県の播州(ばんしゅう)地方では、そうめん作りがざかんで、全国的にも有名です。そうめんを作る時、長くのばしたそうめんの端の部分を切り落とします。少し平べったくなったその形が三味線の「ばち」に似ていることから、そうめんの端切れを「ばち」と呼びます。給食では、そうめんを使って「ばち汁」を作ります。



十五夜 ~今年は10月6日~

旧暦の8月15日を「十五夜」といって、昔から月をながめる風習がありました。この日は、すすきや月見団子、その時期に収穫したさといもやさつまいも、栗など旬の野菜や果物をお供えし、収穫の喜びを人々と分かちあい、自然の恵みに感謝する日でした。

給食では、さといもを入れた汁や、デザートのみたらし団子でお月見気分を味わいます。



いも名月

十五夜は、いも名月ともいわれています。月見だんごが登場する前は、いもが供えられていたことや、いもの収穫期でさといもを供えるところが多かったことなどがその理由とされています。

