１０月６日

今日のお話は「十五夜」についてです。１年で最も月が美しく見えるため、十五夜を「中秋の名月」と呼び、お月見をするようになりました。今日が「十五夜」です。お月見では、満月に見立てたお団子のほか、里芋や果物、ススキなどを供えて作物の収穫に感謝し、これから実るものに対しては豊作を祈願します。十五夜は芋類の収穫祝いを兼ねているので「芋名月」とも呼ばれています。

１０月１５日

八宝菜は、中国の料理で、肉や魚介、さまざまな野菜を使った炒め物です。「八」は“たくさんの”という意味で、具材の数に決まりはありません。今日の八宝菜には、豚肉や野菜など８種類の食材が入っています。

１０月１７日

「ほうとう」は、山梨県に伝わる郷土料理です。小麦粉を練って平らに切った麺を、かぼちゃや大根、にんじんなどの具材と一緒に、味噌仕立ての汁で煮込みます。今日の給食では、うどんで作りました。デザートのゼリーは、山梨県の特産品の一つである桃にしました。

１０月２１日

今日のシチューには、秋の味覚の「きのこ」と「さつまいも」が入っています。きのこは、歯ごたえのよいエリンギと、うま味成分が多いしめじを使いました。どちらも食物繊維が多く含み、お腹の調子を整える働きがあります。

＊さつまいもは中井町産です。