

9月の食育目標

正しい食事の仕方について知り、行儀よく食べよう！

当番目標

きちんと並んで運搬しよう！



©座間市

Main menu table with columns for date, main dish, side dishes, and nutritional information.

※栄養価は3、4年生のもので。 ※都合等により献立や内容を変更することがあります。

令和6年度 献立 テーマ 「日本の郷土料理を知ろう」

9月 「ぐる煮(高知県)」

「ぐる煮」とは、大根、人参、里芋といった根菜を中心に使った煮物で、高知県の郷土料理です。 「ぐる」とは土佐の方言で、「仲間」、「みんな」といった意味があり、さまざまな食材と一緒に煮こむことに由来しているといわれています。今よりも食材をそろえるのが大変だった時代は、あり合わせの野菜を使って「ぐる煮」をたくさん作り、何度も温め直しながら食べていたそうです。もともとは、仏様のお供え物として「南無阿弥陀仏」の6文字にちなんで、6品の材料が使われていましたが、現在はさまざまな材料が使われています。土佐では、煮る材料が9品揃うと「いとこ煮」と呼ぶそうです。 給食では、4日(水)に「ぐる煮」を提供します。高知県の味を味わって食べてくださいね★



9月の座間産の食材

- 小松菜
ねぎ
ごぼう
ピーマン
冬瓜
大豆
きな粉
手作り味噌



備蓄を見直そう