

11月給食だより



令和 7 年

木の葉が色づき始め、秋も深まって来ました。朝晩の冷え込みなど、これから一日の気温の変化が大きくなってきます。外から帰ったら手洗い・うがいを忘れずにいき、しっかりと食事を取り、元気に冬を迎えましょう。

千葉県のご郷土料理

今月は千葉県！

6日(木)『ごんじゅう』を提供します。

☆ごんじゅう☆

「ごんじゅう」は、豚バラ肉と油揚げを甘辛く煮てご飯に混ぜたもので、千葉県館山市地域で古くから食べられてきた郷土料理です。古くより旧暦10月は、全国の八百万(やおよろず)の神々が出雲の国に集まる月とされ、各地で神々が留守になるため「神無月」と言われています。

安房国(現在の千葉県南部を占めた旧国名)の人々が、出雲を目指してお参りに出かけるときに、安全を祈って出発時に食べたのが「ごんじゅう」だと言われています。

現在では、秋祭りである鶴谷八幡宮例大祭「やわたんまち」の御輿担ぎの担ぎ手に振る舞う習慣から、おもてなし料理のひとつとしても食べられるようになり、それぞれの家庭ごとに味が受け継がれています。

もともと、神輿の担ぎ手に振る舞われていたので、片手で食べられるようおにぎりにしていたそうです。

園でも、おにぎりにしておやつに提供します。

11/24 は、和食の日

「日本人の伝統的な食文化について、和食文化の保護・継承の大切さについて考える日です。」

「和食の一汁三菜」とは日本人の主食である“ご飯”に“汁物”と三つの“菜(おかず)”を組み合わせた献立です。

主食

エネルギー源である炭水化物を補給します。和食の場合はお米が基本です。

汁物(味噌汁)

だしを味噌で調味した汁に野菜や豆腐、魚介類などを実とした料理です。

三菜

主菜1品、副菜2品で構成されたおかずで主食だけでは不足しがちな栄養素を補います。



1組さんの別メニュー

7日(金) 1歳からのかつぱえびせん

19日(水) 1歳からのサッポロポテト の提供となります。

11/14(金)

0・1・2組さんのお弁当メニュー

- ・わかめおにぎり
- ・鶏の唐揚げ(0組 豆腐ナゲット)
- ・スマイルポテト
- ・スティック胡瓜
- ・バナナ

