

今月の食育目標



食べ物と健康について知り、楽しんで食べよう!

Main table with columns for date, meal type, ingredients, and nutritional information. Includes various dishes like 'ぶどうパン', 'みそラーメン', 'ごはん', etc.

材料の都合により変更する場合があります。

10月 テーマ献立「座間の味 郷土料理を知ろう」 ～けんちん汁～

「けんちん汁」は、江戸時代に中国から日本へ伝わった「菘織(けんちん)」という料理がはじまりとされています。「菘織(けんちん)」はせんぎりした大根や人参、ごぼうなどを油で炒め、くずした豆腐と合わせて湯葉やうす巻き卵で巻いて、揚げたり蒸したりする料理です。これが日本へ伝わり、汁物になり、「けんちん汁」ができたと言われています。「けんちん汁」は元となった料理にあるように、だいこんや人参ごぼうなどの野菜を炒めて、豆腐を入れてつくるのが特徴です。座間では、2月にある初午の日に、穀物(米・麦・あわ・きび・豆)の神様であるお稲荷様をまつるために、ほとんどの家でけんちん汁が作られていました。座間の郷土の味を楽しんでください。

※献立表は、東原小学校のホームページでも閲覧可能です。

《今月使用予定の座間産の農産物》

- ごまつな さつまいも
ながねぎ だいす
ピーマン きなこ
ごぼう みそ

