

今月の食育目標

よい食事について知り、楽しく食事ができるようにしましょう



座間市の郷土料理給食に「ざまりんマーク」が付いています。ぜひ探してみてくださいね！



Table with columns for Date, Day, Main Dish, Side Dish, Soups, Desserts, and Nutritional Information. Includes a '今月の座間市の野菜' (This month's vegetables) section and a '愛媛県の郷土料理' (Ehime Prefecture's local cuisine) section.

表示している栄養価は4年生のもので、仕入れ等の都合により、材料等が変更になる場合があります。

令和8年度 献立テーマ 「日本の郷土料理を知ろう！」 たいめし：愛媛県

鯛めしは愛媛県の郷土料理です。鯛めしの歴史は古く、神功皇后の時代には、作られていたといわれます。皇后が、鹿島明神に祈願した折、漁師たちから献上された鯛を吉兆と喜ばれ、その鯛と米をいっしょに炊き込み、供えたと伝えられています。鯛という魚は、「めでたい」のたいに通じるところから、お祝いの料理によく使われます。本当の鯛めしは、鯛と米だけで炊くものですが、給食では、栄養価を考えて人参やごぼうも加えてアレンジをしています。

