

今月の食育目標

正しい食事の仕方について知り、行儀よく食べよう ★



座間市の郷土料理給食に、さまりんマークが付いています。探してみてください！



Table with columns for Date, Day, Main Dish, Side Dish, and Energy/Ingredient details. Includes rows for 2月, 3月, 4月, 5月, 6月, 9月, 10月, 11月, 12月, 13月, 17月, 18月, 19月, 20月, 24月, 25月, 26月, 27月, 30月.

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6年度 献立テーマ 「日本の郷土料理を知ろう！」 ぐる煮【高知県】

「ぐる煮」とは、だいこん・にんじん・里いもといった冬の根菜を中心に使った煮物で、高知県の郷土料理です。いずれの食材も県内で手に入れやすい野菜です。

「ぐる」とは、土佐の方言で、「仲間」「みんな」といった意味があり、様々な具材と一緒に煮込むことに由来していると言われています。今よりも食材をそろえるのが大変だった時代、あり合わせの野菜を使って「ぐる煮」をたくさん作り、何度も温めなおしながら食べられていました。

もともとは、仏様のお供え物として「南無阿弥陀仏（なむあみだぶつ）」の6文字にちなんで、6品の材料が使われていましたが、今は様々な材料が使われています。



《今月使用予定の座間産の農産物》

- こまつな
ながねぎ
なす
ごぼう
とうがん
だいず
ピーマン
みそ