

【10月給食献立表】食材の購入の都合により、多少変更することもあります。小学部4～6年生の栄養価を記載しています。

Table with columns: 日 (Date), 献立名 (Menu Name), 牛乳 (Milk), 赤の仲間 (Red Group), 黄の仲間 (Yellow Group), 緑の仲間 (Green Group), 調味料など (Seasonings), エネルギーたんぱく質脂質 (Energy, Protein, Fat). Rows include items like ごはんとこんぶの佃煮, デニッシュパン, 厚揚げキムチ丼, etc.

10月16日 (月) 石川県の献立「めった汁」

めった汁とは、石川県の郷土料理の一つで、さつまいもや大根、人参といった根菜類を使った具だくさんの豚汁です。

料理名の由来は「やたらめったら具を入れる」や「やたらめったら具を切る」などからきたと言われているそうです。

その時期の旬の野菜を使えば、いつでも食べることができ、手軽に作れることから、家庭でよく食べられるようになったそうです。

給食でも、豚肉、さつまいも、人参、玉葱、ごぼう、大根、板こんにやくと具だくさんにしたので、いっぱい食べてくださいね。

