

きゅうしょくだより 10月

2025. 10.

かみとんだちょうがっこうきゅうしょく
上富田町学校給食センター

秋を楽しむお月見の行事

ようやく暑さが和らぎ、秋の気配を感じるようになってきました。昔から、秋は1年のうちで最も月がきれに見える季節とされ、昔の暦(旧暦)で秋の真ん中にあたる8月15日の十五夜の月を「中秋の名月」と呼んで、月を觀賞するお月見の行事が行われてきました。ちょうどこの時期に里いもが収穫されることから、里いもをお供えしたり、「きぬかつぎ」などの里いも料理を食べたりする風習もあり、別名で「芋名月」ともいいます。また、十五夜からひと月ほど後の十三夜にもお月見をする風習があり、両方合わせてお月見をすると縁起が良いとされています。



2025年の十五夜は10月6日、十三夜は11月2日です。

十五夜の行事食

月見団子

こめつくだんご
米から作る団子。満月に見立てた丸い形のほか、里いもの形などもあり、地域によって違いがあります。

きぬかつぎ

さとかわつむ
里いもを皮つきでゆでたり蒸したりしたもの。平安時代の女性の服装にちなんで、こう呼ばれます。

給食メニュー紹介

さいりょうよにんぶん ☆材料(4人分)☆

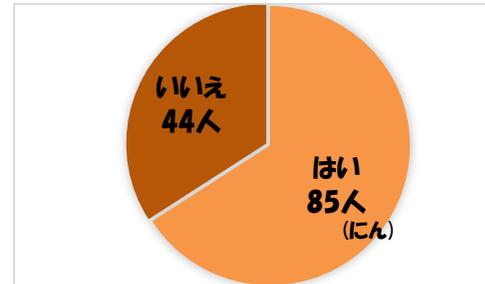
こめ	240g
豚肉(1gはば)	80g
つきこんにやく(3g長さ)	32g
にんじん(3g千切り)	40g(1/3本程度)
ささがきごぼう(3g長さ)	45g(1/3本程度)
いりごま	4g(小さじ2/3)
三温糖	6g(小さじ1と1/2)
みりん	2g(小さじ1/3)
料理酒	2g(小さじ1/2弱)
こいくちしょうゆ	15.2g(大さじ1弱)
食塩	0.6g(少々)
ごま油	1.6g(小さじ1/2弱)

- こんげつしょうかい げつ どうじょう
今月紹介するのは10/20(月)に登場する「きんぴらごはん」です。給食センターでは、ご飯と具を混ぜ合わせて作っています。ご家庭では、炊き込みごはんのように一緒に炊いてもおいしくできます。
- ☆作り方☆
- 炊飯する。
 - ささがきごぼう、つきこんにやくをボイルする。
 - 豚肉を炒める。
 - にんじんを加える。
 - ②も加える。
 - ごま、ごま油を加える。
 - ごはんと具を混ぜ合わせる。

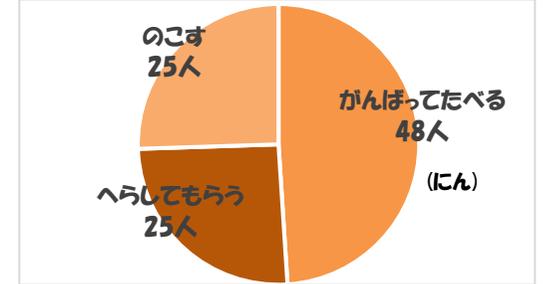
★きゅうしょくアンケートけっか★

あつしやうがっこう ねんせい 朝来小学校4・5年生

☆給食で苦手な食べ物がありますか？



☆苦手なものはどうしていますか？

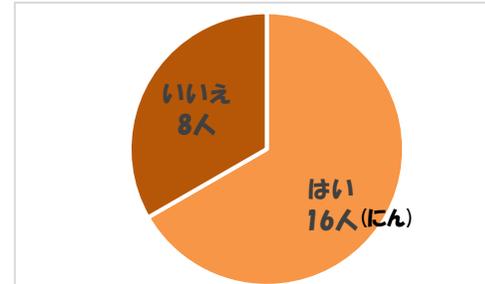


☆好きなメニューはなんですか？カレーライス、キムチチャーハン、鶏のから揚げ、スパゲティが人気でした。

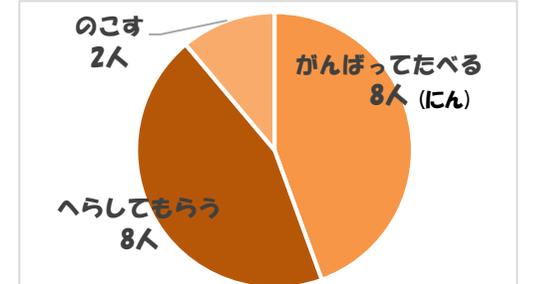
デザートは、クレープ、やまももシロップポンチ、タルトが人気でした。

いちのせしやうがっこう ねんせい 市/瀬小学校3年生

☆給食で苦手な食べ物がありますか？



☆苦手なものはどうしていますか？

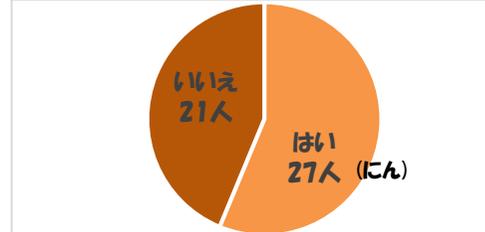


☆好きなメニューはなんですか？カレーライス、ゆかりキャベツ、鶏のから揚げが人気でした。

デザートは、ガトーショコラやクレープ、ゼリーが人気でした。

いくましやうがっこう ねんせい せんせい 生馬小学校1・2・3年生・先生

☆給食で苦手な食べ物がありますか？



☆苦手なものはどうしていますか？



☆好きなメニューはなんですか？カレーライス、キムチチャーハン、鶏のから揚げ、スパゲティ、ゆかりキャベツや

わかめスープが人気でした。デザートはタルト、クレープ、ゼリー、ヨーグルトが人気でした。

苦手なものも、がんばって食べてくれてうれしいです。食べられるものを増やしていただけたらと思います。