

# 食育ニュース

10月15日(木)

キャベツとえのきの磯和え

だししょうゆを  
まぜましょう。

平皿

牛乳

さかな や  
魚のもみじ焼き

副菜皿

はん  
ご飯

いもに  
芋煮

飯椀

いもに  
「芋煮」、別名「いもこ汁」は山形県の郷土料理です。「いもこ」とは、「里芋」を指します。山形県では、秋になると、家族や親戚、友人と共に、野外で芋煮を作り歓談する「芋煮会」が催されます。



日本一の芋煮会（山形県）

いもに きげん さかのほ せいぎん  
芋煮の起源は江戸時代まで遡るそうです。お米が税金として取り立てられた時代、農民はお米以外の作物で栄養をとる必要がありました。里芋は、雑穀や大豆などと共に、山形県内で広く食べられた栄養源だったようです。



## 給食室の様子



「もみじ焼き」は、すりおろした人参とマヨネーズを合わせ魚にかけて焼き、紅葉のように色鮮やかに仕上げた料理です。