１０月　主な行事食



群馬の伝統料理「焼きまんじゅう」

■ゆでめん　■焼きまんじゅう　■なす入り肉うどん汁
■牛乳　■上州きんぴら



群馬県は、小麦の生産が盛んです。うどんやおっきりこみなど、昔からさまざまな「粉もの」の料理が食べられてきました。冬の日照時間が長く、からっ風で適度に乾燥する気候、火山灰の水はけのよい土壌が良質の小麦を育てています。小麦粉で作る群馬県民のソウルフード「焼きまんじゅう」。群馬県民なら誰でも知っているけれど、県外の人にはほとんど知られていないようです。焼きまんじゅうは、まんじゅうを竹串に刺し濃厚なみそだれを塗って焼き、焦げ目をつけたものです。そのはじまりは江戸時代の終わりごろと言われています。伊勢崎市では毎年１月１１日の初市のときに、大きな焼きまんじゅうを焼く「焼き饅祭（やきまんさい）」が行われています。

郷土料理「青森県」

■ごはん　■いがメンチ　■せんべい汁
■牛乳　■ほたて入り五目御飯の具　■リンゴゼリー



青森県では「第80回国民スポーツ大会」、「青の煌めきあおもり国スポ」が開催されました。青森県は本州北部に位置し、西は日本海、東は太平洋、北は津軽海峡と三方を海に囲まれています。白神山地や十和田湖など美しく雄大な自然に恵まれた県です。りんご、にんにく、ごぼうの生産は全国一位です。また、陸奥湾ではホタテの養殖が盛んで生産量は全国２位です。内陸で食べられているいかを使った「いがめんち」、ほたてを入れたごはんの具、“南部せんべい”という小麦粉を使ったせんべいを、しょうゆの汁で煮込んだ「せんべい汁」。「りんごゼリー」の青森の味がつまった献立を提供しました。

行事食「学校給食ぐんまの日」

■かみなりご飯　■ぐんまのねぎこんコロッケ
■牛乳　■梅の香りあえ　■おっきりこみ



10月24日は「学校給食ぐんまの日」です。群馬県でたくさん作られている農畜産物を学校給食に利用することで、ふるさとの良さを再確認し、群馬県の豊かな恵みに気づいてもらえるよう制定されました。高低差のある地形と豊かな水源、長い日照時間に恵まれた群馬県では、年間を通して新鮮でおいしい野菜や果物、肉や卵、牛乳などさまざまな農畜産物が作られています。今日の給食は、群馬県の郷土料理「おっきりこみ」や、群馬県で作られた食材をたくさん使った「上州かみなりごはん」「ぐんまのねぎこんコロッケ」「梅の香り和え」が登場しました。ふるさと群馬の味が詰まった給食です。

伊勢崎ふるさと給食「青パパイヤ」

■こめっこぱん　■オムレツのトマトソースかけ
■牛乳　■青パパイヤのサラダ
■かぼちゃのポタージュ



みなさん、青パパイヤを知っていますか？青パパイヤは、東南アジアや沖縄などで有名な野菜のひとつです。パパイヤというとフルーツを思い浮かべる人も多いと思います。青パパイヤは果実が熟す前に収穫され、野菜として調理されます。栄養面では、硬い肉もやわらかくしてしまう強力な酵素のパパインや、ポリフェノール、ビタミンCが豊富です。その他にも、鉄や葉酸 、カルシウムなども含まれています。今日は、伊勢崎市のたきざわ農園さんで収穫された青パパイヤを使ったサラダを提供しました。