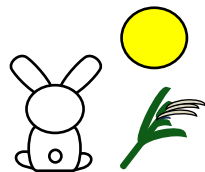


10月 給食だより



令和7年9月29日
都立久我山青光学園
校長 宮田 守

☆☆。————☆。☆☆。————☆。

今年も「食欲の秋」が巡ってきます。秋はお米、果物、野菜など、たくさんの食べ物が旬を迎え、「実りの秋」とも表現されます。“旬”の食べ物は、比較的安価で栄養価も高いです。現在は、技術の進歩により、たくさんの食べ物が一年中出回っていますが、できるだけ“旬”のものを食べて、自然の恵みを楽しみましょう。給食では、きのこや柿、梨など秋が旬の食べ物をたくさん使用します。

中秋の名月（芋名月）を楽しみましょう♪

♪うさぎ うさぎ なにみて はねる 十五夜 お月さま みて はねる♪

10月6日は十五夜です。実は十五夜は毎月ありますが、一般的に十五夜は旧暦8月15日のことを言います。昔から日本では、十五夜にはお月見団子や芋などをお供えしたり、ススキを飾ったりして、五穀豊穡を祈る日とされてきました。給食では「芋名月」にちなみ、里芋を使った芋のこ汁を提供します。なお、今年の十五夜は満月と1日ずれており、満月の前日となるようです。これは珍しいことではないようで、次に十五夜と満月が同じ日付になるのは2030年だそうです。

参考：国立天文台

♫☆☆.....☾.....☆☆.°☆☆.....☾.....☆☆.°☆☆.....☾.....☆☆.°☆☆.....☾.....☆☆.°☆☆.....☾.....☆☆.°☆☆.....☾.....☆☆.°☆☆.....

～9月の給食を紹介します～ HPではカラーで御覧いただけます

夏季休業中、給食室は大掃除や調理器具・機器の点検をし、2学期からもおいしく安全な給食が出せるように準備を行いました。普段はなかなかお掃除できないところまで調理員さんたちがピカピカにしてくれました。

9/2（月）

今学期の初日は豚丼でした。

まだまだ気温が高い日が続くので、
疲労回復に良い豚肉を使ったメニューにしました。



9/9（火）

重陽の節句の行事食です。

香りのよい菊を使ったおひたしでした。

色鮮やかに
仕上がりました❁

