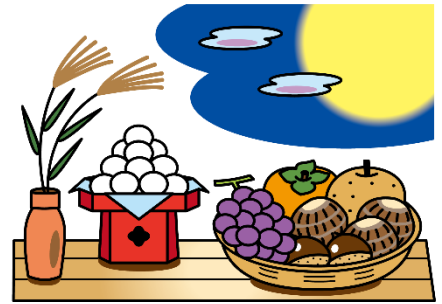


10月給食だより

令和7年9月30日
おおさわ学園三鷹市立第七中学校
校長 青木 睦
栄養士 高橋 ひかる

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い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、月を観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芋が収穫されることから、里芋をお供えしたり、「きぬかつぎ」などの里芋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

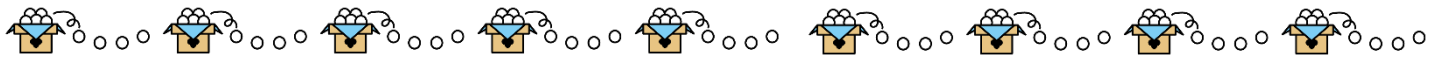


米から作る団子。
満月に見立てた丸い形のほか、里芋の形などもあり、地域によって違いがあります。

きぬかつぎ



里芋を皮付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。



9月18日（木）にPTA主催の給食試食会が開催されました。当日の献立は、「牛乳・ターメリックライス・ポジョアルベハド・カラフルサラダ・ツナドレッシング・梨」でした。試食会では、給食室の写真や動画をお見せしながら、給食作りの様子を紹介し、衛生面や栄養面などで気を付けていることをお伝えしました。

試食会のアンケートでは、「出汁やカレーやシチューのルーを手作りしているのが驚きました」「調理工程の様子を動画で見られてよかった」「参加できてよかった」「子どもたちにも見てもらいたい」「給食の時間が短い」「いつも美味しい給食をありがとうございます」など、様々なご感想をいただきました。

その他にも、給食に関する生徒の反応など、貴重なご意見をたくさんいただき、大変参考になりました。皆様のご意見を、今後給食作りに活かしていきたいと思っております。学校に関することは教員とも共有し、ご意見を反映できるように努めていきます。

お忙しい中でのご参加・ご協力、本当にありがとうございました。

当日の給食



9月18日は、「チリの独立記念日」です。そのため、毎年この日はチリ献立です。「ポジョ・アルベハド」は、スペイン語で「ポジョ」は「鶏肉」、「アルベハド」は「グリーンピース」という意味で、これらとじゃがいもや玉ねぎなどの野菜を、パプリカ、クミン、オレガノなどのスパイスを入れて煮込んだ料理です。