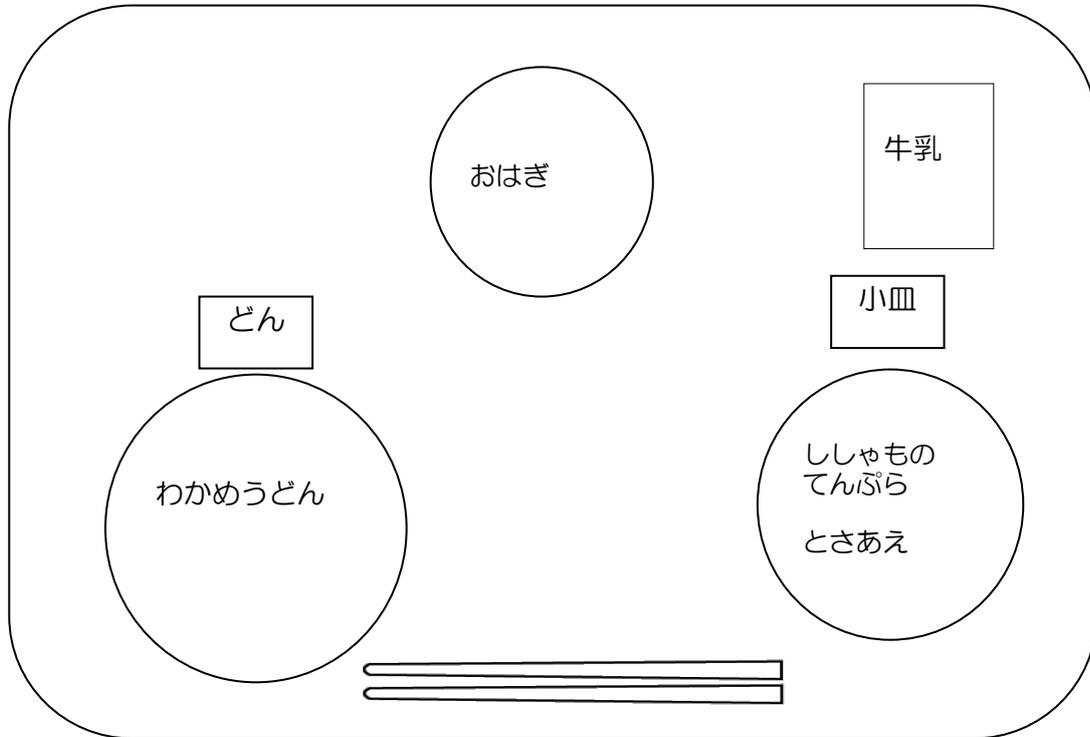


令和6年9月19日（木）

きゅうしょく
給食ひとくちメモ

【今日のもりつけ】



【今日のこんだて】

わかめうどん・牛乳・ししゃものてんぷら・とさあえ・おはぎ

きょう 今日（あき）の「お彼岸」（ひがん）が始まる（はじ）日（ひ）です。

あき 秋（ひがん）のお彼岸にはおはぎを（た）食べるのが恒例（こうれい）です。

むかし 昔（あかいろ）から赤色（ま）には魔よけ（ちから）の力（い）があると言われて（い）います。

ひがん 彼岸（けんこうきがん）では健康祈願（いみ）という意味（い）で

あずき 小豆（つか）を使った（わがし）和菓子（た）のおはぎ（た）を食べ（た）ます。

あずき 小豆（しょくもつ）は食物繊維（せんい）が豊富（ほうふ）です。

おなか（なか）の中（なか）をきれい（やくわり）にする役割（やくわり）があるので

ぜひ（のこ）残（た）さず（た）食べて（た）ください。