

## 今月の行事食

### ちょうよう ～重陽の節句(9/7献立)～

9月9日は菊の花を用いて不老長寿や無病息災を願う重陽の節句です。重陽の節句は秋の収穫祭と結びついてきたため、祝い膳として秋の食材が並びます。菊花だけでなく、「おくんち（重陽の節句）にナスを食べると中風（病気の一つ）にならない」と言われ、秋ナスも行事食の一つとして食べられてきました。給食でも自分の健康を願い、菊花と秋ナスを味わって食べてください。



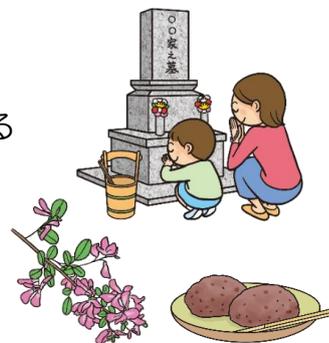
### ～十五夜(9/9献立)～

9月10日は十五夜です。十五夜は「中秋の名月」とも言い、天候に恵まれればきれいな満月を見ることができます。お月見は農作物の収穫の祭りとして親しまれ、稲穂に見立てたすすきや月見団子、収穫したての果物や野菜などを飾って、秋の豊作を祝います。また、十五夜の月は「いも名月」と言われ、旬の果物の他にさといもを供えます。



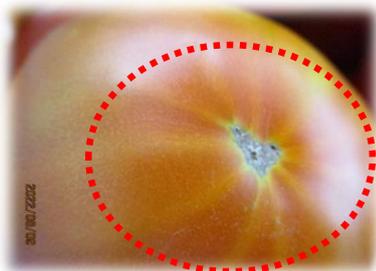
### ～秋の彼岸(9/21献立)～

秋の彼岸は、秋分の日をはさんだ前後一週間のことを言います。秋分の日、昼と夜の長さが同じになることから、亡くなった人に近くなる日だと信じられていました。そのためお彼岸には、お墓やお寺をお参りし、萩の花に見立てた「おはぎ」などのお供え物をあげ、ご先祖様の供養をします。「おはぎ」に使われる小豆の赤い色には、邪気を払う力があるとされていたことから、ご先祖様の冥福を祈り、お供えするようになったと言われています。



## 地場産食材を味わおう！

9月の給食には、沼田市産のトマトを使用します。トマトの中でも、濃厚な甘さとなめらかな食感の「ぜいたくトマト」を使用します。9月8日（木）の「トマトスープ」と、9月15日（木）の「コロコロ野菜スープ」に使用する予定です。皮のまわりに甘味があるので、皮ごとスープに使用します。沼田の美味しいトマトを使用したスープを楽しみにしてください。



### ～甘いトマトを見分けるポイント！～

「赤いトマトは甘い！」と思われがちですが、実は違います。甘いトマトを見分けるポイントは、トマトのお尻の部分（ヘタの反対側）です。大小問わず、お尻の部分から放射状に筋が浮かび上がっているものが甘いトマトです。甘くておいしいトマトを見つけてみましょう！