

芋煮に学ぶ! 山形の食文化



山形の秋の風物詩といえば、「芋煮会」です。その歴史は、江戸時代にさかのぼり、当時の船着場があった中山町では、荷物を引き取りにくるまでの退屈しのぎにと、船頭たちが近くの若松に鍋をかけて、里芋と積み荷の棒鱈などを煮て食べたことにあるそうです。

今日16日(水)に出る芋煮は、村山地方ならではの味付けですが、同じ山形県でも、地域によって様々な味付けがあります。

豚肉×みそ味の庄内

庄内地方は、昔から養豚が盛んな地域でもあるため、豚肉が入った芋煮が定番です。また、味付けはみそ味で、こんにゃくやねぎ以外にも、きのこや厚揚げが入っているのが、庄内芋煮の特徴です。海が近いこともあり、川原の他に海岸での芋煮会も盛んに行われるそうです。

混在する最上

庄内と内陸の間にある最上地方の芋煮は、庄内風(豚肉×みそ味)と内陸風(牛肉×しょうゆ味)のどちらも存在し、しめじやまいたけなどのきのこがたっぷり入った芋煮が定番です。山に囲まれた地形から、たくさんのきのこが採れることで有名な、最上地方ならではの芋煮です。

牛肉×しょうゆ味の置賜

米沢牛や飯豊牛の産地として有名な置賜地方の芋煮も、村山地方と同じように牛肉が定番です。その他の具材としては、にんじんや大根、糸こんにゃくがたっぷり入っています。隠し味でみそをちょっと入れるところもあるそうです。

牛肉×しょうゆ味の村山

内陸地方では、昔から牛が身近な存在だったため、牛肉の入った甘めのしょうゆ味の芋煮が定番です。里芋の他に、牛肉、ねぎ、こんにゃくなどが入っています。芋煮会発祥の地である中山町の芋煮には、棒鱈が入っているそうです。

ねらい	日(曜)	1日(火)	2日(水)	3日(木)	4日(金)	
食物繊維の働きと食品を知ろう	予定ごはん	もずくどん 牛乳 なるとのすましじる だいがくいも	ごはん 牛乳 ぶたにくのしょうがいため やさいのおかかあえ こんさいのごまじる	ごはん 牛乳 ごもくやさい肉団子 ひじきサラダ ワンタンスープ 【3・5年生お楽しみ給食】	給食なし (4時間授業)	
	きいろのなかま	ごはん あぶら さとう かたくりこ さつまいも ごま	ごはん あぶら さといも ごま	ごはん パンこ でんぷん さとう ドレッシング ワンタン		
	あかのなかま	もずく ぶたにく なると 牛乳	牛乳 ぶたにく かまぼこ かつおぶし あつあげ みそ	牛乳 とりにく ひじき かまぼこ パーコン		
	みどりのなかま	たまねぎ にんじん ピーマン コーン しょうが しいたけ ねぎ	たまねぎ にんじん いら しょうが キャベツ もやし ほうれんそう だいこん ごぼう こんにゃく ねぎ	たまねぎ ブロッコリー ねぎ コーン きゅうり キャベツ チンゲンさい メンマ しいたけ		
ねらい	日(曜)	7日(月)	8日(火)	9日(水)	10日(木)	11日(金)
ビタミンの働きと食品を知ろう	予定ごはん	チャーハン 牛乳 はるさめサラダ チンゲンさいのスープ	県産ぶたにくの カレーライス 牛乳 レモンサラダ	ごはん 牛乳 とりにくのてりやき キャベツのごまかけ コンソメスープ 【2・4年生お楽しみ給食】	ごはん 牛乳 さばのみそに きりぼしだいこんのもの もずくのわふうスープ	ごもくあんかけやきそば 牛乳 フルーツヨーグルト
	きいろのなかま	ごはん あぶら ごまあぶら ごま はるさめ さとう パンこ	ごはん あぶら じゃがいも	ごはん さとう マカロニ ごま	ごはん あぶら さとう	ちゅうかめん ごまあぶら あぶら かたくりこ
	あかのなかま	パーコン 牛乳 かにかま とりにく	ぶたにく チーズ 牛乳 ツナ	牛乳 とりにく あおだいす パーコン	牛乳 さば みそ あぶらあげ もずく とうふ	ぶたにく 牛乳 ヨーグルト
	みどりのなかま	たけのこ ねぎ にんじん コーン ピーマン にんにく もやし きゅうり たまねぎ チンゲンさい	たまねぎ にんじん にんにく グリーンピース キャベツ きゅうり レモン マンゴー パナップル パナ	キャベツ きゅうり にんじん だいこん しめじ たまねぎ	きりぼしだいこん にんじん こんにゃく えだまめ えのき	にんにく しょうが たまねぎ にんじん たけのこ きくらげ もやし はくさい りんご もも ラフランス パイン

※ねらいの料理を太字・斜字・下線で表記しています。



あなたの大切なひとへ
幸生牛



※画像はホームページよりお借りしました。

さちうぎゅう
16日(水) **寒河江産幸生牛の芋煮**

株式会社「山形ミートランド」さんより、幸生牧場で育てた「**幸生牛**」の初出荷を記念して、寄贈していただくことになりました。とてもおいしく、贅沢な「芋煮」になること間違いなし!! “**食べると思わず笑顔になる、「幸せを運ぶ牛**””というこで、とても楽しみです。

ねらい	日(曜)	14日(月)	15日(火)	16日(水)	17日(木)	18日(金)
郷土料理・特産物を味わおう	予定こんだて	スポーツの日	くり入りませごはん 牛乳 <u>県産なすのみそいため</u> わかめスープ	ごはん 牛乳 シューマイ きくのおひたし <u>寒河江産幸生牛のいもに</u> 県産りんご	ごはん 牛乳 さんまのみみじに ごしきあえ <u>しょうないのみそしる</u>	きなこパン 牛乳 かいそうサラダ <u>県産やさいスープ</u> <u>県産ヨーグルト</u>
	きいろのなかま		ごはん くり さとう あぶら ごまあぶら ごま ぶ	ごはん さといも さとう パンこ でんぷん こむぎこ	ごはん さとう あぶら ごま ぶ	コッパン あぶら さとう ドレッシング
	あかのなかま		あぶらあげ 牛乳 ぶたにく みそ わかめ	牛乳 とりにく ぶたにく たら きゅうにく	牛乳 さんま ハム あつあげ みそ	きなこ 牛乳 わかめ ツナ ベーコン ヨーグルト
	みどりのなかま		しいたけ にんじん ねぎ ひでんまめ なす たまねぎ ピーマン いんげん えのき	たまねぎ こんにゃく まいたけ こほう ねぎ こまつな もやし きく りんご	だいこん きくらげ もやし ほうれんそう にんじん たまねぎ	ブロッコリー きゅうり コーン こまつな たまねぎ しめじ にんじん パセリ
ねらい	日(曜)	21日(月)	22日(火)	23日(水)	24日(木)	25日(金)
栄養バランスの摂り方を知ろう	予定こんだて	振替休業日 (10月26日分)	<u>ごはん</u> 牛乳 <u>あじまつばひらきフライ</u> <u>くまわかめのいために</u> <u>だいこんときのこのみそしる</u>	<u>ごはん やさいふりかけ</u> 牛乳 <u>とりにくのトマトに</u> <u>ジュリアンヌスープ</u>	<u>あつあげのちゅうかどん</u> 牛乳 <u>いそべあえ</u> <u>わかめのみそしる</u>	<u>スパゲティミートソース</u> 牛乳 <u>ツナサラダ</u>
	きいろのなかま		ごはん パンこ こむぎこ あぶら さとう	ごはん ぶりかけ あぶら	ごはん あぶら ごまあぶら かたくりこ	スパゲティ あぶら こめこ
	あかのなかま		牛乳 あじ こうやどうぶ ぶたにく くまわかめ あぶらあげ みそ	牛乳 とりにく ベーコン	ぶたにく あつあげ うすらたまご 牛乳 ちくわ のり わかめ みそ	ぶたにく だいずミート バター チーズ 牛乳 ツナ
	みどりのなかま		こんにゃく にんじん しめじ なめこ えのき だいこん ねぎ	にんにく たまねぎ マッシュルーム トマト ブロッコリー キャベツ セロリ にんじん コーン	はくさい にんじん だのこ しいたけ いんげん しょうが もやし ほうれんそう えのき ねぎ	たまねぎ にんじん トマト パジル キャベツ きゅうり コーン パプリカ
ねらい	日(曜)	28日(月)	29日(火)	30日(水)	31日(木)	
大豆の変身について知ろう	予定こんだて	振替休業日 (10月27日分)	ごはん 牛乳 <u>こうやどうぶの</u> <u>ユーリンチー風</u> ゆかりあえ もやしのスープ	<u>ガパオライス</u> 牛乳 ほしがたプレーンオムレツ <u>とうぶスープ</u>	ごはん 牛乳 ハンバーグ 秋のきのこのソース <u>ソイセビーチェ</u> かぼちゃのポタージュ	大豆と大豆が変身した 食べ物がねらいだよ!
	きいろのなかま		ごはん かたくりこ あぶら さとう ごまあぶら	ごはん ごまあぶら さとう	ごはん こめこ バター	
	あかのなかま		牛乳 こうやどうぶ なんと	とりにく だいずミート 牛乳 たまご とうぶ ベーコン	牛乳 とりにく ぶたにく だいず ツナ	
	みどりのなかま		ねぎ キャベツ きゅうり もやし にんじん	たまねぎ ピーマン パプリカ エリンギ ほうれんそう ねぎ にんじん	たまねぎ マッシュルーム しめじ キャベツ きゅうり にんじん かぼちゃ パセリ レモン	

※ねらいの料理を太字・斜字・下線で表記しています。