令和８年　　10月　29日（木）　　中央学校給食センター

【献立名】　コッペパン（南中・城東小は揚げパン）　牛乳　鶏肉ときのこのトマトソース煮
かぼちゃのサラダ　いりことナッツのオリーブオイルがらめ




【ひと口メモ】

# かぼちゃについて知ろう

（食文化）

かぼちゃは、戦国時代にポルトガル人が種子島に漂着した時、鉄砲と一緒にカンボジアから持ち込まれました。このカンボジアという国名からかぼちゃという名前がつきました。

かぼちゃは、体の中でビタミンＡに変わり、目の働きをよくするカロテンを多く含んでいる緑黄色野菜です。かぼちゃは夏が旬の野菜ですが、切らずに涼しいところで保管すると、冬までおいしく食べることができ、日本には、１２月の冬至の日にかぼちゃを食べる文化があります。

また、最近日本でも楽しまれるようになった、１０月３１日のハロウィンでもかぼちゃが食べられますね。ハロウィンは、ヨーロッパで始まったとされるお祭りで、秋の農作物などの収穫をお祝いし、かぼちゃの中身をくり抜いて怖い顔を作り、悪いお化けを怖がらせて追い払います。

今日は、あさってのハロウィンにちなんでかぼちゃのサラダにしました。みんなで楽しく食べましょう。

令和８年　１０月　２９日（木）　　第二学校給食センター

（献立名）　黒糖パン　牛乳　鶏肉と大豆のトマトソース煮　かぼちゃサラダ
りんご




【ひとロメモ】

# かぼちゃについて知ろう

（食文化）

かぼちゃは、別名「南瓜」とも呼ばれ、原産地はアメリカ大陸です。コロンブスによって「じゃがいも」とともに、ヨーロッパに持ち帰られ、世界中に広まりました。

日本かぼちゃは、１６世紀にポルトガル船によって九州にもたらされたのが始まりです。南方から伝わった瓜なので、「南瓜」とも中国の「南京」に由来するとも言われています。

また、カンボジア産なので「かぼちゃ」、カンボジアをポルトガル語で「アボレイラ」ということからなまって「ボウブラ」など各地でさまざまな呼び名があります。

世界中で食べられている「かぼちゃ」を使ったサラダをおいしくいただきましょう。

令和　8 年　10 月 29 日（木）　　飯山学校給食センター

【献立名】

コッペパン（飯山こども園・飯山北小：きなこ揚げパン）
牛乳　鶏肉ときのこのトマトソース煮　かぼちゃのサラダ
いりことナッツのオリーブオイルがらめ

**≪今日の丸亀産の食材≫**
きゅうり




【ひと口メモ】

# かぼちゃについて知ろう

（食文化）

10 月 31 日は、ハロウィンです。ハロウィンといえば、顔をくりぬいたかぼちゃのおばけが有名です。今日は、ハロウィンにちなんで、かぼちゃについてお話しします。

かぼちゃは、別名「南瓜」とも呼ばれ、原産地はアメリカ大陸です。コロンブスによって「じゃがいも」とともに、ヨーロッパに持ち帰られ、世界中に広まりました。

日本かぼちゃは、１６世紀にポルトガル船によって九州にもたらされたのが始まりです。南方から伝わった瓜という意味で「南瓜」と書くようになったり、中国の町「南京」の名前に由来するとも言われていたりします。

また、かぼちゃは、「カンボジア」を意味する「カンボジャ」がなまった言葉とされています。同じ日本の中でも九州のあたりでは「ぼうぶら」とも呼ばれているそうです。

今日は、ゆでたかぼちゃをほかの野菜とマヨネーズであえたかぼちゃのサラダです。かぼちゃの甘味を感じながら味わっていただきましょう。