

令和4年 10月 17日(月)



# 今日の南中給食



## メニュー【旬の野菜献立】

- 海の幸<sup>さち</sup>スパゲッティ
- じゃこ入りビーンズサラダ
- スイートポテト
- 牛乳



## 今日の栄養メモ

今日の「旬<sup>しゅん</sup>の野菜献立<sup>やさいこんだて</sup>」はスイートポテトです。さつまいもの旬は10～1月頃の秋から冬にかけてで、収穫<sup>しゅうかく</sup>後2～3か月ほど貯蔵<sup>ちよそう</sup>することで水分が抜け、甘くおいしいさつまいもに変化します。スイートポテトは英語では「さつまいも」のことをいいますが、日本では「さつまいもを使った洋菓子」のことを指します。この洋菓子は日本生まれで、卵<sup>たまご</sup>と砂糖を混ぜて、さつまいもの皮に盛り付けて焼いたのが始まりです。給食では1つずついねいに手作りしました。ぜひ、食べてください。

