

令和4年 11月8日(火)



# 今日の南中給食



## メニュー

- こうや豆腐 高野豆腐入りそばろご飯
- あつや たまご 厚焼き卵
- 小松菜のおかかけ
- 味噌汁
- 牛乳



## 今日の栄養メモ

今日の給食は、こうや豆腐高野豆腐入りそばろご飯です。皆さん、高野豆腐はどうやって作られるか知っていますか？高野豆腐は、とうふ こお豆腐を凍らせてかんそう乾燥させたものです。和歌山県のこうやさん こそう高野山で小僧が、冬の寒い夜に豆腐を外に置いたままにしてしまい、こお凍らせてしまったそうです。しかし、次の日凍った豆腐を溶かして食べてみると食感が面白くおいしいというので食べられるようになったといわれています。現在にも伝わる保存食のひとつになりました。日本に昔から伝わる保存食を大切にしていきたいですね。