

食育の日こんだて

11月19日（水）

- 小ご飯
- きのこうどん
- おひたし
- 牛乳



食育の日の献立です。食物繊維たっぷりの献立が登場します。うどんなど世界で食べられている「めん」は、中国で生まれたそうです。めんを作る小麦はメソポタミアというところで栽培が始まり、そこから世界各地に広まっていった作物であるとされていますが、この小麦を栽培する技術と、それを粉にする技術がセットになって、シルクロードを通過して中国に伝えられ、「めん」が生まれたと考えられています。今日は秋の味覚きのこがたっぷり入ったうどんです。