

10 月 5 日（月）今日の盛り付け

大皿：たまごの唐草焼き
もみじ和え

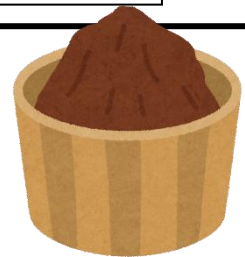
大碗：こぎつねごはん

小碗：小松菜と玉葱の
味噌汁

トレイ：牛乳



【ひとくちメモ】今日の給食和食はです。 味噌（みそ）



味噌の歴史をさかのぼると、その起源は中国の大豆塩蔵食品である「醬（ひしお）」にあると言われています。醬とは、食物を塩に漬けて保存していたものが、発酵、熟成し、旨味を持つことで生まれたものです。醬に関して記された文献は、紀元前11世紀頃の「周礼」という古書であることから、その歴史の古さがうかがえます。

また、中国だけでなく、遠くは古代ローマにも、魚を塩漬けにした汁を発酵させた「ガルム」と呼ばれる醬の一種があったとの説もあります。この醬ができる過程での熟成途中のものがとてもおいしかったことから、味噌が生まれたとも言われています。

日本ではじめて味噌という言葉が登場したのは平安時代です。当時は、現代のように調味料として使用していたわけではなく、食べ物につけて食べたり、そのまま舐めたりして食べられたという記録があります。また、大変貴重な食材のひとつで、寺院や貴族階級などの地位の高い人物しか味わうことができず、庶民は手に入れることができない贅沢品であったと言われています。

今日の給食も残さず食べましょう♪♪