



Main table with 14 columns: Date, Dish Name, Ingredients, Allergens, Energy, Protein, Fat, Carbs, Fiber, Iron, Calcium, Sodium, Potassium, Vitamin B1, Vitamin B2, Vitamin B6, Vitamin C. Includes daily menu items like 'ごはん', 'ごはん' and various soups, salads, and side dishes.

【食品に関するアレルギーについて】
【献立のマークについて】
【アレルギー表示対象品目】
【栄養三色】
今月の平均栄養量
Table with 9 columns: kcal, たんぱく質, 脂質, 加糖量, 鉄, レチノール当量, ビタミンB1, ビタミンB2, ビタミンC



Main table containing 10 columns of menu items, ingredients, allergens, and nutritional information for each day from October 15th to 29th.

食育の日・わ食の日
いもこ汁
「いもこ汁」は、山形県の郷土料理です。
山形県などの東北地方では、里芋が旬を迎える秋、親せきや仲のいい人たちが河原に集まり、大きなお鍋で里芋を使った鍋料理を作って食べる「芋煮会」を行い、親睦を深めるそうです。その歴史は古く、山形県村山地方では、江戸時代から芋煮会が行われていたそうです。
「いもこ汁」も、芋煮の一つです。山形県の村山地方で食べられている、牛肉と里芋が入ったしょうゆ風味のお汁です。

