

令和7年10月14日の給食

さつまいもの日

10月13日はさつまいもの日です。

さつまいもの旬が10月であることと、江戸時代の焼き芋屋さんが、さつまいもを「十三里」と名付けたことが関係しています。



★ さつまいもクリーム

☺ 八王子産さつまいも使用

★ 牛乳

★ 大根のフレンチサラダ

☺ 八王子産きゅうり使用

★ 食パン

★ ★ チキンのトマト煮込み

☺ 八王子産しょうが使用



さつまいもの日



江戸時代、さつまいも売りが、
「栗(九里)より(四里)うまい十三里」
と宣伝してさつまいもを売っていました。



さつまいもの名産地の
埼玉県の川越が江戸から
十三里の距離にあった
からだそうです。



そして、さつまいもが10月頃から
出回ることから、「十三里」と合わせ
て10月13日が、さつまいもの日
になりました。



さつまいもの日

10月

13日

さつまいもの栄養

さつまいもを切ったときに出てくる
白い液体「ヤラピン」と豊富な食物繊維
は、おなかの調子を整え、おなかを
すっきりさせてくれます。

また、ビタミンCも豊富で、風邪の
予防にも効果があります。

さつまいも

クリーム

最高～

