

# 献立ひとくちメモ

12月23日(木)



高野豆腐のお話です。

和歌山県の高野山で食事作りを担当していた若いお坊さんが冬の寒い夜、誤って豆腐を外に落としてしまい、翌日になったら凍っていたので試しに食べてみたところおいしかった、という説があります。また、弘法大師（こうぼうだいし）である空海は800年代に遣唐使として唐（今の中国）に仏教の修行の際に大豆とともに豆腐の作り方を日本に持ち帰ったという説もあり、これをきっかけに空海が開いた高野山で豆腐が修行食として食べられるようになり、全国に広まったといわれています。

今日は2学期最後の給食です。冬休み中は「早寝・早起き・朝ごはん」を意識しながら規則正しい食生活を送りましょう。