

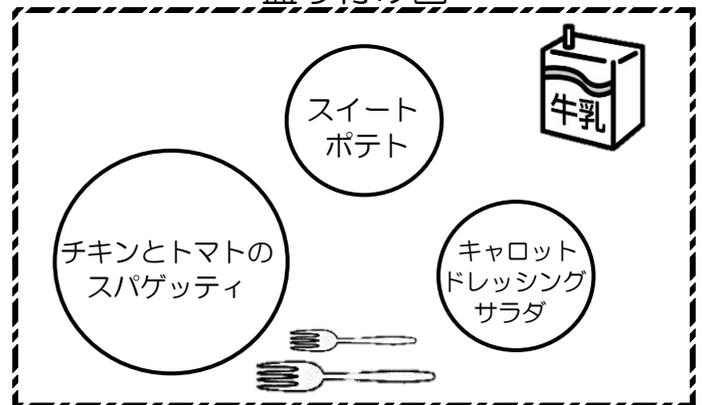
# 稲中ランチタイム通信

9月25日(水)

盛り付け図

## 今日の献立

チキンとトマトのスパゲッティ  
キャロットドレッシングサラダ  
スイートポテト  
牛乳



## 『スイートポテト』について

スイートポテトは日本発祥の洋菓子で、卵と砂糖を混ぜあわせてさつまいもの皮に盛り付けて焼いたのが始まりです。和菓子の餡作りのノウハウを生かして誕生しました。当時さつまいもは、米の代用品というイメージが強く、お菓子のイメージはほとんどありませんでした。その後、関東大震災後に食生活が大きく変わり、お菓子やデザートとして広く親しまれるようになったそうです。さつまいもは栄養価が高く、食物繊維が豊富なためおなかの調子を整えてくれます。

## 先生からの食育コメント

スイートポテトは、英語で「さつまいも」という意味です。日本生まれのお菓子なので、海外でスイートポテトを説明するときは「スイートポテトケーキ」や「スイートポテトタルト」と呼びます。