



令和5年11月1日  
さいたま市立城北小学校  
お子さんと一緒にご覧ください

11月23日は勤労感謝の日です。この日は「勤労をたっぴ、生産を祝い、国民がたがい感謝しあう」日とされています。感謝の気持ちを持って食事をしましょう。

## 給食は多くの人に支えられています

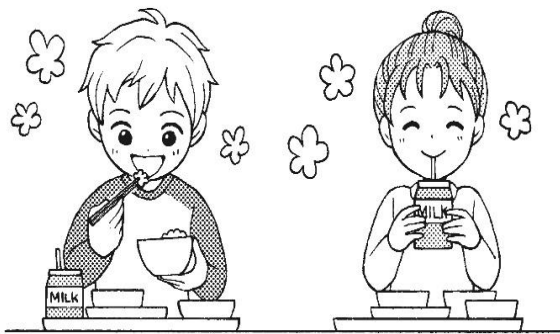
給食がわたしたちのところに届くまでに、多くのかかわっています。魚をとったり、牛や豚などを育てたり、米や野菜をつくらしたりする人、食べ物を運んだり売ったりする人、給食の献立を考える人、献立をもとに給食をつくる人などです。

これらの人たちの苦労や努力に支えられて、わたしたちは、給食を食べることができます。



©少年写真新聞社2023

## 感謝の気持ちを込めて残さず食べよう



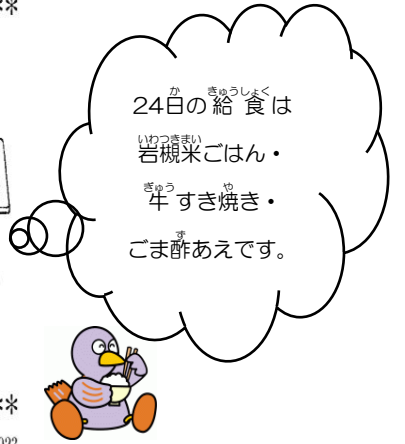
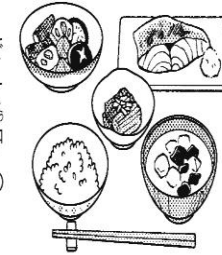
食事は、食にかかわる人たちだけではなく、自然の恩恵のうえに成り立っています。食べ切れずに残すと、そのまま捨てられて、食べ物や労力が無駄になってしまいます。食べ切れる量を盛りつけてもらい、残さず食べるようにしましょう。

©少年写真新聞社2023

\*\*\*\*\*

## ユネスコ無形文化遺産 和食；日本人の伝統的な食文化 登録から10年

2013年に和食がユネスコ無形文化遺産に登録されてから、今年で10年です。和食は、多様な新鮮な食材を使い、一汁三菜を基本として栄養バランスがよく、食事の場における「自然の美しさ」の表現や年中行事・人生儀礼との密接な結びつきがあります。11月24日の「和食の日」には、和食のよさについて考えてみませんか。



\*\*\*\*\*

©少年写真新聞社2023

## 11月は彩の国ふるさと学校給食月間

11月は、「彩の国ふるさと学校給食月間」です。これは埼玉県が「①学校給食における地元産食材の一層の活用を図ること」、「②地元産食材やその生産と消費について理解を深めること」、「③食事環境、食事方法等の工夫を行うとともに、児童に郷土への愛着や生産に携わる人々への感謝の心を育てること」を目的として取り組んでいます。11月の給食では、埼玉県でたくさんとれる食材を使用しています。ご家庭でも、地場産物や郷土料理を味わってみてはいかがでしょうか？

### 11月6日(月)

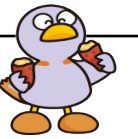
#### ケール入りキーマカレー

岩槻で生産が盛んなヨーロッパ野菜、カーリーケールが入ったキーマカレーです。カーリーケールは加熱するとあま味とうま味が引き立つ野菜です。スープやひき肉料理に入れるとおいしいです。

### 11月9日(木)

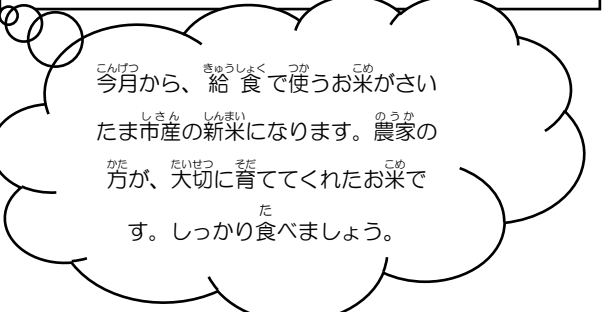
#### かてめし

秩父地域では1月の山の神、ひなの節句、八十八夜、お盆の入りによく作られるおもてなし料理。名前の由来はごはんの量をふやすための具を秩父では「かて」ということからつけられたそうです。



#### つみっこ

埼玉県本庄市の郷土料理です。埼玉県は昔から小麦の栽培が盛んです。「つみっこ」は地元でとれた小麦粉と野菜をたっぷり使った、いわゆる「すいとん」です。



### 11月13日(月) 岩槻区統一献立

#### 彩の国シチュー

埼玉県で生産量の多い、さつまいもなど、今旬の野菜を入れたシチューです。

#### スイスチャードサラダ

スイスチャードはヨーロッパ野菜のひとつで、ほうれん草の仲間です。茎がカラフルな色をしているのが特徴です。岩槻でつくられたスイスチャードを使います。西原小のお友だちも同じ日に食べます。