



令和4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月は彩の国ふるさと学校給食月間

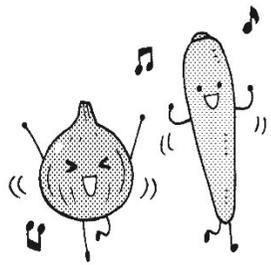
11月23日は勤労感謝の日です。みなさんが毎日食べている給食には、地域の食材が多く使われています。その食材を育てる人や運ぶ人、調理する人など、いろいろな人たちによって給食は支えられています。感謝の気持ちを忘れずにいただきましょう。

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？

地産地消のよいところ

新鮮で安心

生産地が近く、つくっている人や場所がわかるので、新鮮で安心な食べ物が手に入ります。



地域の活性化

地域でつくられたものを買うと、その地域の経済を活性化させ、生産者を応援することができます。



環境によい

輸送距離が短いので使う燃料が少なく、地球温暖化の原因となる二酸化炭素の排出も減ります。

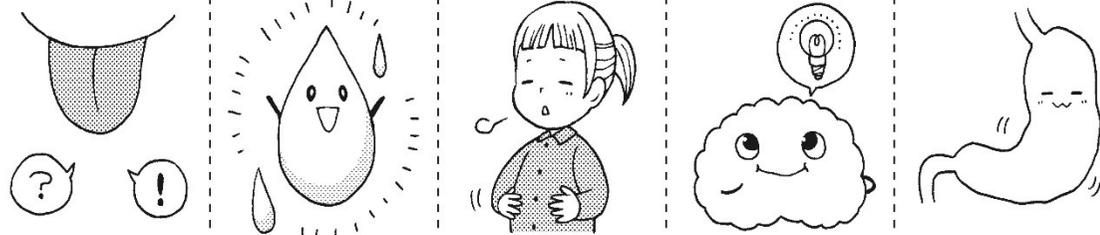


©少年写真新聞社2022

11月8日は「いい歯の(118)」日

11月8日はいい歯の日 よくかむと体や脳によいことがたくさん

- 味がよくわかる
- 唾液が多く出る
- 食べ過ぎを防ぐ
- 脳の働きアップ
- 消化を助ける



©少年写真新聞社2022

給食では「かみかみ抹茶揚げパン・大豆のインド風煮込み・ひじきのマリネ」を出します。かみごたえのあるソフトフランスパンの揚げパン、豚肉、大豆、海藻を使っています。よくかんで食べましょう

11月は図書コラボ給食や郷土料理給食があります！

11月7日(月) 図書コラボレーション「ごんぎつね給食」

今年は「ごんぎつね」のお話で出てくる食べ物を使った給食です。4年生の教科書にものっていますね。ひとりぼっちの子ぎつね「ごん」が自分と同じようにひとりぼっちになった兵十をなぐさめようとするお話です。物語の中でごんが兵十に届けた「いわし、くり、きのこ」を使います。

11月18日(金) 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。

眞汗

稲作や畑作を行っていた地域を中心に、埼玉県全域で愛されている郷土料理です。昔はたんぼの畔道などで大豆を育てていました。そんな大豆を丹念にすりつぶし作られたものが眞汗です。

11月21日(月) 岩槻区統一献立 キャロットパン

埼玉県産を人参が入ったパンです。



彩の国シチュー

埼玉県で生産量の多い、さつまいもなどが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。



今月から、給食で使うお米がさいたま市産の新米になります。農家の方が、大切に育ててくれたお米です。しっかり食べましょう。