

11月 給食だよ!

令和6年度
春日部市学校給食センター



秋も段々と深まり、朝夕の冷え込みも増してきました。風邪をひかないよう、衣服の調節をこまめにし、規則正しい食生活で冬に備えましょう。

11月24日は和食の日

2013年12月に、和食はひとつの文化として、ユネスコの無形文化遺産に登録されました。それは、世界中から、未来に残すべき大切な文化として認められたということです。

和食は料理や味だけでなく、日本ならではの四季折々のバラエティ豊かな食材や、おせち料理や一汁三菜など古くから受け継がれてきた食の伝統が和食を形づくっています。

～日本の食文化「和食」の特徴～

①多くの新鮮な食材の持ち味を活かす



それぞれの地域で四季折々の旬の食材を用いることに加え、素材本来の味わいを活かす調理技術や道具が発達しています。

②健康的な食生活を支える栄養バランス



「一汁三菜」や「うま味」を上手に使う調理法が、栄養バランスのとれた健康的な食生活を可能にしています。

③自然の美しさと季節を表す



季節の花や葉などで料理を飾りつけたり、季節にあった器を利用してきました。

④年中行事との深い関係



正月やお祭りといった年中行事の際には、想いや願いが込められた料理を共に食べることで絆を深めてきました。

彩の国ふるさと学校給食月間



埼玉県では食育月間の6月と収穫の秋の11月を「彩の国ふるさと学校給食月間」としています。学校給食では地元産の食材や郷土料理などへの理解を通して、ふるさとへの愛着を深め、生産に関わる人々への感謝の気持ちを育てるための学校給食活動を進めています。この機会に地元の食材や郷土料理について学んでみましょう。

埼玉県は、野菜、米、畜産等さまざまな農業が盛んです。全国で収穫量が上位の埼玉県の農産物を紹介します。



里芋



ほうれん草



小松菜



かぶ



ブロッコリー



長ねぎ

参照：R4 埼玉県の農業産出額の概要

地場産物のよさ



自分たちが住んでいる地域でとれる野菜や果物などを「地場産物」といいます。地場産物は生産している人が近くにいるので「顔が見える」「話ができる」などのよい点があります。また、どうしてこの地域でつくられるようになったのか考えることにより、地域の自然や歴史を知ることにもつながります。



*給食センターでは、庄和地域産のお米を100%使用しています。

11月の献立紹介

～11月の献立目標～ 「埼玉県の農産物を知ろう」

1日：[庄和黒豆きなこ揚げパン(中)]

庄和地域産の黒豆きなこ粉を使用した揚げパンです。道の駅庄和で黒豆を挽いて、きなこ粉を作っています。

8日：[図書館レストラン献立]

『ムーミン谷の十一月』から「森のきのこのマリネ風」、『ムーミン谷の冬』から「ロヒケイト」、を紹介しています。「ロヒケイト」はフィンランドの伝統料理で、鮭やじゃがいも、にんじんなどの野菜を煮込んだクリームスープです。『ムーミン谷の冬』の中で、目に見えないトンガリネズミたちがムーミンに作ってくれた「さかなスープ」をイメージしています。図書館レストランの献立とともに、ぜひ、本も読んでほしいと思います。

18日：[埼玉県の郷土料理]

埼玉県秩父地方の郷土料理「かてめし」を取り入れました。「かてめし」は米の生産量が少ない地域で、ご飯の量を増やすために具材を加えたことからできた料理といわれています。地域によって酢飯を使うところや、さといもの茎を乾燥させた「すいき」を使用するところがあります。給食では具材に油揚げ、にんじん、ごぼう、さやいんげん、干しすいき、干しいたけを使用しています。

★その他の献立では、埼玉県の農産物(小松菜、ほうれん草、長ねぎ等)を積極的に取り入れています。

学校給食ブログ▶

給食写真や食育に関する情報が
みられます



cookpad▶

給食のレシピがみられます

