給食だより ６月号

令和７年５月28日(水)
原谷小学校共同調理場

６月と１１月は、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。給食では、地元の食材や郷土料理などを提供し、食への関心やふるさとへの愛着を深めることに努めています。今月は秩父市の特産品や埼玉県産の食材を使った料理を多く取り入れました。ふるさとの味をお楽しみに！

６日（金）　かてめし

かてめしは、秩父地方を中心に埼玉県の郷土料理として定着しています。「混ぜ合わせる」という意味の「糅てる」が名前の由来で、昔、お米は貴重な食べ物だったため、ご飯の量を増やすために具材を混ぜて食べたことからできた料理です。

１１日（水）　みそポテト

みそポテトは、ふかしたじゃが芋をてんぷらのように揚げ、甘辛い味噌をかけた料理です。

１７日（火）　しゃくし菜ピラフ

しゃくし菜は、明治初期に中国から伝来し、秩父地方では古くから栽培している伝統野菜の一つです。葉っぱの形が「しゃもじ」に似ていることから「しゃくし菜」と呼ばれています。

２４日（火）　彩の国なっとう

埼玉県産の大豆で作った納豆です。

２７日（金）　秩父こんにゃくサラダ

秩父地域では古くからこんにゃくが栽培されており、秩父地域の特産品の一つになっています。このサラダには、秩父産のこんにゃくをほうれん草やにんじんで色付けしたカラフルなこんにゃくも入っていて、色どりもきれいになっています。



４日～10日は「歯と口の健康習慣」！

この週間は、歯と口に関する正しい知識とむし歯などの予防に関する適切な習慣を身につけ、歯の寿命を延ばし、健康でいられることを目的としてます。

給食では、６日～10日にかみかみこんだての**こんさいメンチカツ**や**さわにわん**を取り入れました。一口30回を目標にゆっくりよくかんで食べる習慣を身につけましょう。