



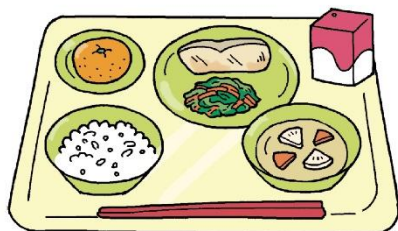
食育だより 11月

令和4年11月1日
北部共同調理場
(毎月19日は食育の日)



現在の日本では、多くの食材がスーパーなどで1年中手に入ります。だからこそ、食材を買う時はきちんと選ぶことが大切です。値段や品質、環境への配慮がされているかなど、さまざまな情報をもとに考えましょう。

地場産物を使った学校給食



地場産物とは、地域でとれる食べ物のことです。学校給食は、地域の生産者によって生産された新鮮な食べ物をたくさん使っています。献立の中から探してみましょう。

11月の秩父地域や埼玉県産の食材を使った献立や郷土食の献立

- ・味噌ポテト…秩父地域の郷土食
- ・大田産ごはん…大田産の精米使用
- ・彩の国なっとう…埼玉県産の大豆使用
- ・えごま和え…吉田産のえごま使用
- ・おっきりこみ…秩父地域の郷土食
- ・ゼリーフライ…埼玉県の郷土食
- ・キャロットパン…埼玉県産の人参使用
- ・しゃくし菜スパゲティー…埼玉県産のしゃくし菜使用
- ・彩の国キャベツメンチカツ…埼玉県産の豚肉使用
- ・秩父こんにゃくサラダ…秩父産のこんにゃく使用
- ・彩の国ニラまんじゅう…埼玉県産の豚肉、ニラ、葱使用

ほかにも、牛乳は秩父地域で育てられた牛から絞っています。パンやめん中使用している小麦粉、精米も埼玉県産です。

地産地消



地域で生産された農林水産物を地域で消費しようとする取り組みを地産地消といいます。新鮮でおいしい地域の食材を食べましょう。

地域で生産している
食材を積極的に
食卓にとり入れ
ましょう！



「11月24日は和食の日」

11月24日は、『1(い)1(い)24(日本食)』の語呂合わせから「和食の日」と制定されています。

また、「和食；日本人の伝統的な食文化」は、2013年にユネスコの無形文化遺産に登録されました。この日は、和食や日本の伝統的な食文化について家族で話題にしてみませんか？

