

食育だより 11月



令和８年１１月２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

- かてめし…秩父地域の郷土食
- しゃくし菜スパゲティー…
  秩父産のしゃくし菜使用
- 川越芋ポタージュ…埼玉県産のさつま芋使用
- 秩父味噌ポテト…秩父地域の郷土食、
  秩父産の味噌や埼玉県産のしょうゆ使用
- 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
- 彩の国シチュー…
  埼玉県の特産物のさつま芋や小松菜使用
- ふっキャロサラダ…「ふっ」かちゃんと「キャロ」ットが献立名の由来
  埼玉県の特産物のねぎと人参使用
- しゃくし菜そぼろごはん…
  秩父産のしゃくし菜使用
- 高麗鍋風スープ…埼玉県の郷土食
- 埼玉県産八頭コロッケ…埼玉県産の八頭使用
- 秩父かぼすゼリー…吉田産の黄金かぼす使用
- 小江戸カレー…埼玉県の特産物のさつま芋使用
- ライスボール…埼玉県産の米粉使用
- おっきりこみ…秩父地域の郷土食
- 彩の国メンチカツ…埼玉県産の豚肉使用
- 彩の国サラダ…
  埼玉県の特産物のさつま芋や小松菜使用
- 彩の国パオズ…埼玉県産の豚肉使用
- 彩玉ナムル…
  埼玉県の特産物のブロッコリーやかぶ使用
- 豆乳タンタンメンのスープ…
  秩父産のしゃくし菜使用
- 彩の国肉まん…埼玉県産の豚肉使用
- まゆたま汁…秩父地域の郷土食
- 鶏肉のえごま味噌焼き…
  吉田産のえごまや秩父産の味噌使用
- 秩父味噌サラダ…吉田産のえごま使用、
  秩父産の味噌や埼玉県産のしょうゆ使用

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。
１１月以外にも毎月のパンやめんに使用している小麦粉や精米も埼玉県産です。

「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？



