



給食だより

柳瀬小学校

柳瀬中学校

栄養教諭：西澤

■11月は「ふるさと彩の国学校給食月間」です！

埼玉県では、食育月間である6月と収穫の秋である11月を「彩の国ふるさと学校給食月間」としてします。地元、埼玉でとれた食材を給食に取り入れ、地元の食材や郷土料理への理解を深めながら、ふるさとへの愛着を高めようという取り組みです。とくに、11月15日（金）から22日（金）の給食には、所沢でとれた野菜や埼玉で古くから伝わる料理がたくさん登場します。

●21日：しゃくし菜ご飯

秩父地方で栽培されている伝統野菜。「杓子」に似ていることから「しゃくし菜」と名付けられました。10月～11月ころ収穫されます。

●20日：小江戸カレー

小江戸といえば川越。川越の名産品のさつまいもを使ったカレーです。さつまいもは中富の山田さんが育てたものです。

●19日：里芋コロッケ

所沢市でとれた里芋の捨ててしまうことが多い親芋を生かすために誕生しました。パンにはさんで食べましょう。

●12日：狭山茶マール食パン

所沢で収穫された茶葉を粉末にして練りこんであるパンです。

●20日：ほうじ茶プリン

所沢で収穫された茶葉を使用したプリンです。



【11月に使用する所沢産野菜】



河口さんの
小松菜



森田さん・吉田さんの
里芋



山田園さんの
さつまいも



森田さんの
白菜



森田さんの
キャベツ



森田さんの
大根



森田さんの
ごぼう

柳瀬の給食は、地域の農家さんたちの協力により、新鮮でおいしい野菜を低価格で提供してもらっています。夏には木下さんのとうもろこし（白色）、南永井の野澤さんのとうもろこし（黄色）や枝豆も甘くてとてもおいしかったですね。今月の野菜も味わって食べましょう。

■11月23日は「勤労感謝の日」です！

勤労感謝の日は「勤労をたっとび、生産を祝い、国民が互いに感謝し合う日」と定められています。私たちが毎日食べている食事はたくさんの方がかわって食卓に並んでいます。おうちの人や身近な人たちに感謝の気持ちを伝えましょう。

～給食に関わっている人たち～



農家さん



漁師さん



運んでくれる人



調理員さん

■11月24日は「和食の日」です！

日本の食文化は、2013年に「和食：日本人の伝統的な食文化」としてユネスコ無形文化遺産に登録されました。「和食」とは料理のことだけでなく、「自然の尊重」という精神に基づいて育まれてきた、食に関する社会的な習慣を意味します。日本には豊かな自然があり、各地域に根差した多様な食材があります。そして一汁三菜を基本とした栄養バランスの良い食事を通して自然の美しさや季節を表現し、年中行事とも深くかかわっています。

給食ではこの日、一汁二菜で献立を考えました。この日はご家庭でも和食や日本の伝統的な食文化について考えて、食べる楽しみを広げてみましょう。

いいにほんしょく
1124

