



給食たより

令和 8 年 度
さいたま市立海老沼小学校
お子さんと一緒にご覧ください

色とりどりの落ち葉が舞い、秋の深まりを感じる季節となりました。11月は、おいしい旬の食べ物がたくさんあります。旬の食材は栄養が豊富で、これからの寒い季節に負けない体づくりを助けてくれます。

また、11月は「彩の国ふるさと学校給食月間」です。埼玉県郷土料理や埼玉県・さいたま市産の食材を多く取り入れます。給食で、秋の味覚や地場産物を楽しみながら、元気いっぱい過ごしてください。



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、地元産の食材を取り入れた給食による郷土学習をおこなうなど、地元産食材の一層の活用をはかるとともに地元産食材や郷土食等への理解を通して、ふるさとへの愛着を深める活動を推進しています。6月にも埼玉県の郷土食や名物などを献立にいましたが、11月も実施します。地元農家さんの食材を味わっていただきましょう。

おっきりこみうどん

「おっきりこみうどん」は、小麦粉を練って平たく太い麺を作り、大根やにんじんなどの野菜がたっぷり入った鍋に「切っては入れ、切っては入れ」を繰り返したことからその名が付けられたそうです。



みそポテト

みそポテトは秩父地方に古くから伝わる料理です。収穫したじゃがいもをいろいろで焼き、味噌だれをぬって食べたのが「みそポテト」の始まりだと言われています。ほくほくしたじゃがいもに甘辛いだれがよく絡んでおいしいです！



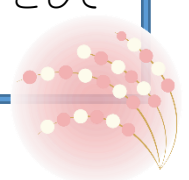
彩の国シチュー

彩の国シチューには、さつまいもやしめじ、ブロッコリーなどの野菜が入っています。川越市では、江戸時代から「川越いも」の産地として知られる、さつまいもの名産地です。埼玉県はブロッコリーの生産も盛んです。本庄市や上里町などでよく生産されています。



まゆたま汁

埼玉県の秩父地域は養蚕が盛んでした。秩父では昔、カイコを育てて絹糸を生産していました。まゆの出来がよくなるよう、まゆの形に似せて団子を作りました。団子を木の枝にさし、飾ったり、硬くなった団子は、汁に入れて煮て食べられました。給食では汁物に入れて「まゆたま汁」として提供します。



食事のあいさつには意味があります



いただきます

食べ物^{た もの}はもとも^いと生きた動物や^{どうぶつ}
植物^{しよくぶつ}の命^{いのち}です。その命^{いのち}をいただく
ことへの感謝^{かんしゃ}が込められています。

ごちそうさま

漢字^{かんじ}で「ご馳走^{ちそう}さま」と書き、食^{しょく}
事^じを用意^{ようい}するために駆け回^{かまわ}ってく
れてありがとうという意味^{いみ}です。



保護者のみなさま

10月6日は1. 6年生保護者向け試食会がありました！

ご参加くださった保護者の皆様、ありがとうございました。本校では数年ぶりの試食会の実施でしたが、PTA 本部役員の方々にご協力いただき、無事に開催することができました。参加者アンケートでは、「とても楽しい会でした！」「薄味をイメージしていたけど、意外にしっかり味があっておいしかった」「たくさんのことが考えられた給食であることがわかった」など、ありがたいご感想が多く寄せられました。試食会の量は少し多めに入れさせていたのですが、たくさん召し上がっていただけて、給食室一同嬉しく思っております。

これからも、お子様の心と体の健康につながるような給食を作ってまいります。この度はありがとうございました。



☆試食会当日のメニュー☆

わかめご飯、牛乳、さばの竜田揚げ、けんちん汁

1学期にわかめご飯を提供した際、「お母さんも子供の頃、給食のわかめご飯が好きだったって言ってたよ！」と教えてくれる児童がいました。今回は児童にも大人にも人気のわかめご飯と具たくさん汁物を試食会で提供させていただきました！

けんちん汁は、朝一で給食室でだしを取り、調理をしています。「おいしい！」というお声がたくさん聞けてよかったです。

