

# 11月 給食だより

さいたま市立浦和大里小学校

令和7年11月

## 11月は「彩の国ふるさと学校給食月間」です

埼玉県では、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。埼玉県は農業も盛んで、ほうれん草・小松菜・くわいは全国でも上位の生産量があります。私たちの住んでいるさいたま市では、さつまいもや里芋・小松菜の生産が多いです。今月は埼玉県・さいたま市産の食材や郷土料理を給食にたくさん取り入れています。

### 《11月の献立紹介》

4日	みそポテト	秩父地方の郷土料理です。子どもにも人気の一品です。
10日	ししゃも狭山茶フライ まゆ玉汁	狭山地方はお茶の生産が盛んです。また、まゆ玉汁は養蚕が盛んだった秩父地方の郷土料理です。
17日	キャロットパン  彩の国シチュー	県内の主な人参の産地は熊谷市、所沢市、深谷市、朝霞市、新座市です。県産のにんじんをペーストにして生地に練りこんでいます。  プロッコリー・ほうれん草・にんじん・さつまいも・かぶなど埼玉県産の野菜がたくさん入ったシチューです。
21日	彩の国なっとう	県産の大豆で作った納豆です。市販のものと比べて粒が大きいのが特徴です。
25日	ねぎラーメン	「深谷ねぎ」「越谷ねぎ」「吉川ねぎ」など、埼玉県はねぎの生産が盛んです。

11月から1月の間、給食で使用するお米はすべて市内産の新米です。

また、小松菜はすべて緑区の「若谷農園」のものを使っています。



### 《10月の献立より》

10月に揚げ出し豆腐の薬味ソースかけを作りました。児童から「このタレめっちゃ美味しい」と好評だった「薬味ソース」のレシピを紹介します。給食では、揚げ出し豆腐の他に魚やししゃもの唐揚げにもかけています。

材料	分量（4人分）	作り方
にんにく（みじん）	3g	①にんにく・しょうが・ねぎに砂糖をふりかけてしんなりするまで炒める。
しょうが（みじん）	3g	②調味料を加えて加熱する。
根深ねぎ（荒みじん）	15g	※給食ではねぎをしんなりさせた方が子どもは食べやすいので炒めていますが、気にならない場合は炒める作業を省いてください。
きび糖（上白糖でも可）	大さじ1	
しょうゆ	大さじ1	
米酢	大さじ1	

### ✿給食室より✿

10月に2年生の学級活動で食事のマナーについて学習しました。授業の中で話したマナーは①おしゃべり、②姿勢、③食べ方、④片づけ方、⑤時間を守る、の5つです。各自めあてを決めてご家庭でも取り組んでいたと思います。食事のマナーで大切なのは、一緒に食べる人や食事を用意してくれた人のことを考えて、相手を思いやる気持ちです。ぜひ引き続きご家庭でも正しいマナーが身につくようにお声かけお願いします。