

# 11月給食だより



埼玉県では、収穫の秋、11月を「彩の国ふるさと給食月間」としています。郷土への関心をもち、郷土の食文化などを伝えていく気持ちをもってもらえるよう、今月の給食には、特に多くの地元産食材や郷土料理を取り入れていきます。

給食を食べることを通じて、埼玉県の食文化にふれてみましょう。

## 埼玉県の郷土料理と農産物

### 5日 おっきりこみうどん（ほんじょう市など） みそポテト（ちちぶ市）

小麦がたくさんつくられている県北地域では、うどんをよく食べる文化があります。「おっきりこみ」は地元でとれた季節の野菜がたっぷり入ったうどんです。

みそポテトは、じゃがいもに衣をつけて揚げ、あまいみそをからめた料理。秩父で昔から食べられている郷土料理です。

### 18日 岩槻豆腐ラーメン（さいたま市いわつき区） ゼリーフライ（ぎょうだ市）

岩槻区ではおなじみで人気の豆腐ラーメン。マーボー豆腐風のあんではなく、しょうゆラーメンに挽肉と豆腐とねぎののったさっぱり味のラーメンです。

じゃがいも、おから、野菜などを混ぜて、こぼんがたにした、ころものないコロッケのような料理。行田市では、昔からおやつやおかずで食べられています。

### 21日 かてめし（ちちぶし） つみっこ（ほんじょう市・ふかや市など）

秩父地域の郷土料理。かてめしの「かて」は「混ぜる」という意味で、昔、貴重だった米に、野菜や麦をたくさん混ぜ、かさをまして食べたことが「かてめし」の由来です。

まゆ玉汁は、養蚕がさかんだった秩父で、よい糸がとれるようにと食べられていた、まゆ（繭）の形の団子が入った汁物です。

本庄市・深谷市など県北地域の郷土料理。季節の野菜を使った汁に、小麦で作っただんご（すいとん）をつまんで入れていくことから「つみっこ」と呼ばれています。

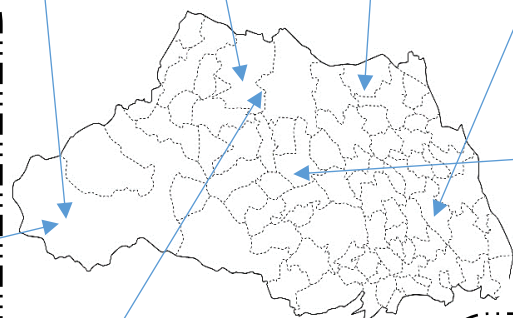
### 12日 東松山焼き鳥ごはん（ひがしまつやま市）

東松山では、豚肉を焼いてピリカラみそをつけたものが焼き鳥として大人気です。

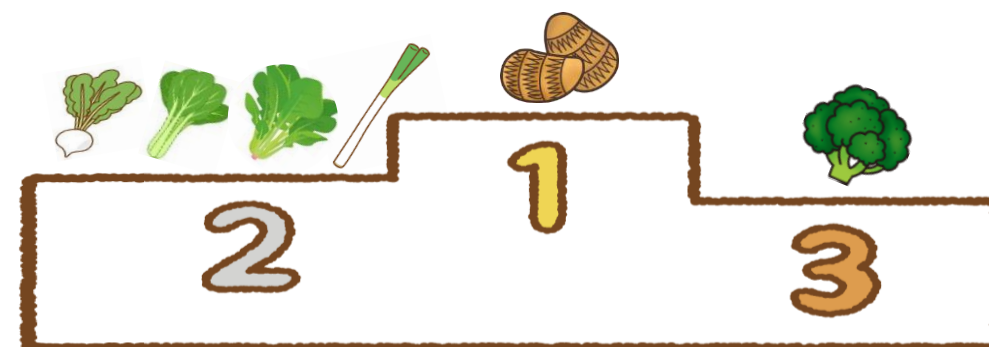
東松山焼き鳥風に味をつけたお肉を混ぜた、おいしい炊きこみご飯です。

### 27日 てづくりこまつなふりかけ（さいたま市・こしがやしなど）

埼玉県ではおいしい小松菜がたくさん作られています。とれたての小松菜を、ちりめんじゃこと合わせて、おいしい手作り小松菜ふりかけをつくれます。



## 埼玉県でたくさんつくられている野菜



☆ 2位 ☆  
ねぎ こまつな  
かぶ ほうれんそう

☆ 全国1位 ☆  
さといも

☆ 3位 ☆  
ブロッコリー

### ちさんちしょう 地産地消

地域で生産された食材を、その地域で消費することを「地産地消」といいます。生産する人と買う人の距離が近いので、新鮮な食材を手に入れられることや、配送の車に使うガソリンが少なくてすむので環境にもやさしいなど、よいことがたくさんあります。

埼玉県は農業が盛んなので、地産地消を意識して食材を選んでみるのもよいですね。



### まみやにししょうがっこう 馬宮西小学校150周年記念給食



11月28日（金）に「☆150周年 記念給食☆」を実施します。

献立は、みなさんのアンケートで1番人気だった、「ココア揚げパン、牛乳、マカロニ（ABC）スープ、こんにゃくサラダ、ヨーグルト」です。

アンケートで人気の高かった他の献立も、12月1日～8日の給食で提供します

ので、みなさんのリクエスト献立ができるか？楽しみにしていて

くださいね。