



たのしいほけうしょく



がつ さい くに がつこうきゅうしょくげっかん
11月は『彩の国ふるさと学校給食月間』です。

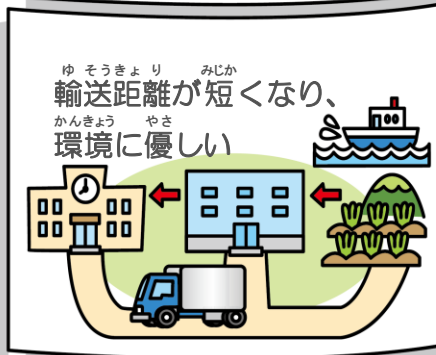
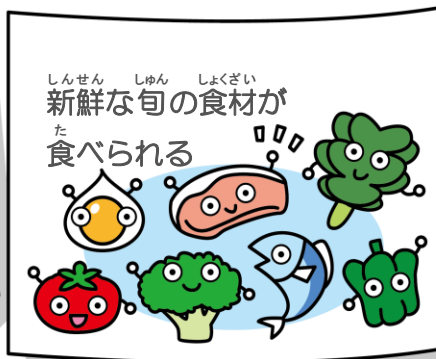


こんげつ さい くに がつこうきゅうしょくげっかん さいたまけん かわしままちさん しょくざい きょうどりょうり
 今月は『彩の国ふるさと学校給食月間』です。埼玉県や川島町産の食材や郷土料理をたくさん取り
 い がつこうきゅうしょく じ ばさんぶつ きょうどしょく りかい ふか おも
 入れました。学校給食をとおして地場産物や郷土食への理解を深めていただきたいと思います。

がつ こんだて さいたまけん きょうどりょうり じ ばさんぶつ きょうどりょうり し
11月の献立から～埼玉県の郷土料理～【地場産物や郷土料理のよさを知ろう】 ☆☆☆

<p>1日 (火) 秩父おっきりこみうどん</p>	<p>ちちぶちほう きょうどりょうり だいこん はくさい とちよ さいきい りん 秩父地方の郷土料理です。大根やねぎ、白菜などその土地でとれる野菜やキノコ類と じもと こむぎこ つく さいばい さいきい 地元の小麦粉で作ったうどんを切りながら直接鍋に入れ、煮込んだ料理です。</p>
<p>4日 (金) 川島呉汁</p>	<p>こ だいず みす ひた かわしままち 『呉』とは、大豆を水に浸し、やわらかくして、すりつぶしたものをいいます。川島町 は、昔から稲作が盛んで、その稲作のかたわら、たんぼの畔に大豆を栽培していまし た。大豆にはたんぱく質などのすぐれた栄養素があり、貴重な栄養源です。</p>
<p>スタミナすったて丼</p>	<p>かわしままち きょうどりょうり しょう ちようみりょう 川島町の郷土料理のひとつでもある『すったて』に使用されている調味料でタレを つく いた ぶたにく うすき えいようそ きちよう えいようげん 作り、炒めた豚肉と薄切りにしたきゅうりをごはんにのせていただきます。</p>
<p>7日 (月) 川島煮込みうどん</p>	<p>かわしままち こめ も有名ですが、その裏作として小麦栽培も広く行われ『う どん文化』が育まれてきた地域です。『川島煮込みうどん』のうどんは、かわしま工房 で働くベテラン主婦の皆様が作ってくださった手打ちうどんを使います。 いつもと違う太い麺になっています。</p>
<p>9日 (水) 吉見油みそ</p>	<p>あぶら たま じんじん やさい ぶたにく いっしょ いた てつく 油みそは、なす、玉ねぎ、人参、ピーマンなどの野菜を豚肉と一緒に炒め、手作りの みそと砂糖で味付けしたものです。吉見町の農家で昔から食べられています。</p>
<p>10日 (木) 武蔵野シチュー</p>	<p>かわこえし めいさんりん いち はい かわこえ ぶく へいや むかし むさしの 川越市の名産品、さつま芋が入ったシチューです。川越を含めた平野を昔は武蔵野 と呼んでいたところから、武蔵野シチューと名付けました。</p>
<p>15日 (火) ゼリーフライ</p>	<p>ぎょうだし きょうどりょうり いちち やさい あ こぼんがた まる すあ 行田市の郷土料理です。おからとじゃが芋などの野菜を合わせ小判型に丸めて素揚げ したもので、衣のついていないコロケに似ています。小判の形をしていることから 「銭フライ」がなまって『ゼリーフライ』になりました。明治後期から庶民のおやつと して親しまれてきました。</p>
<p>21日 (月) 東松山 やきとりごはん</p>	<p>ひがしまつやまし ぶた かしらにく つか しょうわ ねん ごろ かがうしょくひん ざいりょう 東松山市の『やきとり』は、豚の頭肉を使います。昭和30年ごろ加工食品の材料 に使われていた安価な頭肉を屋台で焼いて出したのが始まりだといわれています。頭 肉は入手が難しいので、豚もも肉で食べやすく給食風にアレンジしました。</p>
<p>30日 (水) かてめし</p>	<p>さいたまけんぜんいき つた きょうどりょうり ま あ いみ 埼玉県全域に伝わる郷土料理で、「かてる」は混ぜ合わせるとという意味があります。 また、昔はお米が貴重な食べ物だったため、「かて」（野菜などの煮物を混ぜて加える 物）を入れてかさ増したご飯を『かてめし』という説もあります。</p>

自分たちが住んでいる地域でとれる食べ物を「地場産物」といいます。地場産物は生産者が近くにいるので「顔が見える」「話ができる」などの良い点があります。また、どうしてこの地域で作られるようになったのかを考えることにより地域の自然や歴史を知ることにもつながります。この地場産物を地域で消費する取り組みのことを「地産地消」といいます。食料自給率の向上をはじめ、地域の活性化や、環境保護への貢献など、さまざまな効果が期待できます。生産者や食べ物への感謝の気持ちを忘れず、給食をいただきましょう。



和食の日は、『和食：日本の伝統的な食文化』がユネスコ無形文化遺産に登録されたことをきっかけに、日本人の伝統的な食文化について見直し、和食文化の保護・継承の大切さについて考える日として制定されました。川島町の給食では、通常火曜日が麺、木曜日がパンの日とし、その他はご飯を主食とした和食中心としています。みそ汁や煮物などの出汁はかつお節からとっています。また行事食や郷土料理を取り入れ、子供たちに伝統的な食文化を伝えていけるよう配慮しています。

和食のマナーをチェック!



「いただきます」「ごちそうさま」を、心を込めて言っていますか?

食事のあいさつには、自然の恵みや生き物の命、食事が出来るまでに関わった人たちへの感謝の気持ちが込められています。

食器の正しい置き方を知っていますか?

おわんの持ち方
ご飯は左、汁物は右、おかずは奥に置くのが基本です。ご飯や汁物のおわんは、手に持って食べます。

箸を正しく持っていますか?

上の箸だけを動かす

上の箸だけを動かして、食べ物を挟みます。箸のみで食事をするのは、日本独自の習慣です。