センターだより



彩の国ふるさと学校給食月間です

食育月間の6月と収穫の秋の11月は、「彩の国ふるさと学校給食月間」です。埼玉県の農 産物や郷土料理についてみなさんに知ってもらうため、今月は埼玉県にちなんだ献立がたく さん登場します。給食を食べて、おいしく楽しく学びましょう。

20日(木) 深谷ねぎぎょうざ

長ねぎは、埼玉県が毎年全国 の出荷量トップクラスを誇り ます。特に深谷市でとれる「深! 谷ねぎ」は、ブランド品として も有名です。

21日(金) 狭山茶豆乳プリン

狭山茶とは、特に入間市、所沢 市、狭山市で生産される煎茶の ことで、日本三大銘茶の一つに 数えられます。

4日(火)かてめし

13日(木)おっきりこみ・みそポテト

19日(水)まゆ玉汁

すべて**秩父地方**の郷土料理です。「かてめし」は、ご はんの量を増やすために具を加えて炊いたものです。

「おっきりこみ」は、具材を刻んで入れたことから名付 けられた平打ちのうどんです。「みそポテト」は、ふか したじゃがいもを天ぷらにして、甘めのみそだれをかけ て食べます。「まゆ玉汁」は、蚕のまゆに見立てた白玉 が入っています。

4日(火)彩の国汁

27日(木) むさしのうどん

小松菜・さといも・長ねぎなど、**埼玉県**が出荷量トップ クラスを誇る野菜が入っています。

18日(火) ゼリーフライ

行田市のB級グルメです。 おからにじゃがいもやに んじんなどを混ぜて衣を付けずに揚げたものです。小 判型であることから「銭フライ」と呼ばれていたもの が、なまって「ゼリーフライ」になりました。



12日(水)納豆

埼玉県産の大豆を使 用した納豆です。

「コバトン」

10日(月) 川口ポテトコロッケ

川口市で生産された じゃがいもを使って作 られたコロッケです。

7日(金)鉄骨ちらし・鋳物汁・ 川口いちごゼリー

鋳物を作る際の溶けた鉄をイメージしたごま油が 特徴的な「鋳物汁」、川口のB級グルメをアレンジし た「鉄骨ちらし」、川口市産のいちごを使用したひと くちサイズのゼリーと、11月10日の「川口の日」 にちなんだ献立が登場します。

11日(火) むさしのシチュー

「むさしのシチュー」に入っているさつまいもは、川 越市の特産品です。江戸時代、飢饉に備えるため栽培が 始まり、川で江戸まで運ばれると品質が良くておいしい と評判になったそうです。そこから、さつまいもの産地 して有名になりました。

【お願い】

みんなが気持ちよく使うため に、給食で使う食器などは大切に 扱いましょう。

【中学生用】 令和7年11月号 川口市立元郷学校給食センター

今年度のテーマ:「日間む力を育てよう!」

8大効用 ひみこのはがいーぜ



歯の病気予防





よくかむとあごが発達するので、歯がきれいに生えます。また、唾液がたくさん分泌され ます。唾液は、口の中をきれいにしたり、むし歯や歯周病も防ぎます。













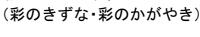
4日(火)かてめし・牛乳・彩の国汁・いかメンチカツ

「かてめし」は、ごぼう、にんじんなどの根菜や、食物繊維が豊富な干ししいたけが 入っていて、噛むほどに味わい深くなります。「彩の国汁」は、よく噛み、味わって食 べられるよう具沢山になっています。「いかメンチカツ」は、すり身ではなく、コロコ 口としたいかの切り身が入っているので噛みごたえがあります。

給食に使われている埼玉県の食材



川口市の給食に登場するご はんは、主に埼玉県産の米を 使用しています。



小麦

すべてのパンと麺に埼玉県 産の小麦を使用しています。 特に、「地粉うどん」は埼玉 県産100%です。



埼玉県産の大豆で作った 「彩花みそ」・「彩の国納豆」 などを使用しています。



川口市で作られている 「御成道みそ」が使われるこ ともあります。



さといも・ねぎ・ほうれんそ う・こまつな・かぶは全国でも 上位の出荷額を誇ります。



給食で使用している豚肉 は、主に埼玉県産のものです。



