



平成28年11月号
春日部市立東中学校

日中は、晴れてほかほか暖かい日もありますが、朝・晩は肌寒く体調を崩しやすい時期です。この季節は新米をはじめ、秋のおいしい食材がたくさん出回ります。しっかり食事をとり、家に帰ったら手洗い・うがいをし風邪をひかないよう体調管理に気をつけましょう。



地産地消

みなさんは、自分の住んでいる地域や近くの地域の食べ物を食べていますか？地域でつくられた食べ物をその地域で食べることを「地産地消」といいます。採れたての農畜産物は新鮮でおいしく、食べ物を運ぶ時間や費用を抑えることができ、地域の食材や食文化の理解などにつながります。地域のものを積極的に食べるように心がけましょう。



輸送の距離が短ければ短いほど、環境保護につながるね！

輸送の際に二酸化炭素を排出します。

11月は「彩の国ふるさと学校給食月間」です！

「彩の国ふるさと学校給食月間」とは、収穫の秋でもあるこの時期、地元産の新鮮な食材を取り入れた給食を通して、地元の食材や郷土食について理解し、ふるさとへの愛着を深めるものです。

毎日、何気なく食べている給食にも、埼玉県産のものや春日部市でとれたものもたくさん使われています。

<給食に登場する埼玉県産の食材や料理>

【ごはん】
春日部産のお米を100%使っています。

【パン】
埼玉県産の小麦や米粉を使用して作られています。

【うどん】
埼玉県産の小麦粉を使用して作られています。

【野菜】

ねぎ こまつな さといも ブロccoli

今月の給食では地場産物がたくさん！

7日 煮ぼうとう 【埼玉県郷土料理】
10日 彩の国ポトフ
21日 ゼリーフライ 【行田市郷土料理】
26日 彩の国肉まん

《ゼリーフライ》

「ゼリーフライ」は「おから」とじゃがいも・長ねぎをよく混ぜ合わせたものをそのまま揚げて、ソースをたっぷりつけて食べる埼玉県行田市の郷土料理です。「小判型をしていることから、「銭フライ」と呼ばれ、それが「ゼリーフライ」になったそうです。



感謝をして食べよう！

11月23日は勤労感謝の日



11月23日は「勤労感謝の日」です。この日は、もともと「新嘗祭(にいなめさい)」といって、米や農作物など、その年の収穫を神に感謝する日でした。

わたしたちは、普段何気なく食事をしてしまいがちですが、その裏には、食べ物を育てる人や運搬をする人、料理をする人など、さまざまな人たちの働きがあります。あらためて、毎日おいしい食事が食べられることに感謝しましょう。

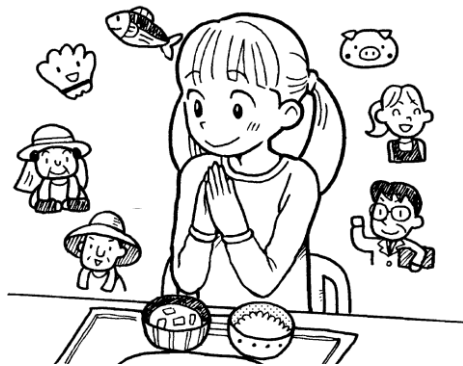


食べ物の命をいただいています！

わたしたちが食べている食べ物は、どれも生き物の命をいただいているものばかりです。

また、生産者や料理をつくってくれた人たちなど、さまざまな人びとの手を経ることで、毎日の食卓に並んでいます。食事をする時には、感謝の気持ちをこめて、「いただきます」「ごちそうさま」のあいさつを忘れないようにしましょう。

そして、苦手な食べ物がある場合には一口でも挑戦して、できるだけ食べるように努力をしてみましょう。



学校給食使用食材の産地について(お知らせ)

○平成28年度 10月分(10月 1日～10月31日)の主な使用食材の産地は、次のとおりです。

東中学校

品目		産地		品目		産地	
主食	米	埼玉(春日部)		さつまいも	茨城		
	パン	埼玉、アメリカ、カナダ		なす	使用なし		
	めん	埼玉、アメリカ、カナダ		えのきたけ	長野		
牛乳	牛乳	埼玉、岩手、北海道、群馬		水菜	茨城		
		栃木、宮城、福島(一部)、新潟		しめじ	新潟		
青果類	にんじん	北海道		赤パプリカ	青森		
	たまねぎ	北海道		絹さや	使用なし		
	じゃがいも	北海道		さといも	埼玉		
	こまつな	埼玉		まいたけ	静岡		
	ほうれんそう	使用なし		はくさい	長野		
	キャベツ	群馬					
	きゅうり	使用なし					
	もやし	栃木		ぶた肉	青森	茨城	群馬
	だいずもやし	栃木		とり肉	青森	鹿児島	北海道/岩手
	チンゲンサイ	茨城		牛肉	使用なし		
	ねぎ	山形		さけ	北海道		
	ごぼう	茨城		さば	ノルウェー		
	だいこん	茨城		さんま	使用なし		
	ピーマン	茨城		あさり	熊本		
青果類	にんにく	青森		いか	使用なし		
	しょうが	高知		えび	使用なし		
	かぼちゃ	使用なし		しらす干し	静岡		
	みずな	使用なし		ちりめんじゃこ	瀬戸内海		
	とうもろこし	アメリカ		桜えび	瀬戸内海		
	さやいんげん	タイ					
	ブロッコリー	使用なし					
	にら	使用なし					
	たけのこ	九州/四国					

※牛乳は、各都道府県で定期的な検査が実施され、安全が確認された原乳で製造されています。