

11月 給食センターだより

小鹿野町学校給食センター
2025年11月



実りの秋 食べ物を大切にいただきましょう



木々が色づき、日に日に秋が深まってきたことを感じます。昔から日本人にとって重要な穀物であるお米をはじめ、大豆やそば、里いもなど、さまざまな作物が収穫時期を迎えていました。各地で収穫を祝うお祭りが開催され、11月23日には「新嘗祭」という伝統的な宮中行事が行われます。この日は「勤労感謝の日」として国民の祝日になっていますが、食べることは、たくさんの人の勤労に支えられていることを忘れずに、日々の食事を大切にいただきましょう。



日本人の伝統的な食文化 和食に親しもう

「和食」というと何を思い浮かべますか？ ご飯・みそ汁・おかずの組み合わせや、すし、そば、うどん、天ぷら、おでんなどの料理を思い浮かべる人もいるかもしれません。また、ラーメンやカレーといった外国から伝わった料理も、アレンジが加えられて日本独自の料理として発展し、外国人観光客にも人気のグルメとなっています。

一方で、ライフスタイルの変化によって、地域に伝わる郷土料理や行事食などの伝統的な食文化が失われつつあり、その保護・継承が課題となっています。そのような背景から、2013年に「和食：日本人の伝統的な食文化」がユネスコ無形文化遺産へ登録されました。これは料理としての和食だけでなく、「自然の尊重」という日本人の精神を体現した食に関する「社会的慣習」のことです。以下の4つがその特徴として挙げられています。

「和食」の特徴



「和食」に欠かせないもの



11月は「彩の国 ふるさと学校給食月間」です。

埼玉県では、食育月間の6月と収穫の秋の11月を「彩の国ふるさと学校給食月間」とし、地元産食材を取り入れた給食や郷土食への理解を通してふるさとへの愛着を深める学校給食活動を推進しています。

給食センターでは、季節によって小鹿野町産のきゅうり、じゃが芋、玉ねぎ、長ねぎ、白菜、しゃくし菜漬けなどの地元産食材を使用しています。11月に取り入れた郷土料理を紹介します。

11/4(火) 「味つきチキンカツ」

本来のわらじカツは豚肉ですが、鶏肉を使用してわらじカツ風にします。（中学校は振替休業日です。）

11/10(月) 「しゃくし菜ご飯」

小鹿野町産のしゃくし菜漬けと豚肉等を炒め煮にして、ご飯と混ぜます。

11/19(水) 「すいとん」

小麦粉で作った生地と季節の野菜を煮込んだ温かい汁物です。地域によって、「つみっこ」や「とっちゃんげ」と呼ばれることがあります。

11/25(火) 「かてめし」

お米の生産が少なかった地域で、ご飯の量を増やすために野菜や油揚げなどの具材を加えたことからできた料理とされています。お祭りなどの行事食として食べることが多かったそうです。

「さわらのかぼすソースかけ」

揚げたさわらに、埼玉県産のかぼすを使用したソースをかけます。

小鹿野中学校のみなさんへ
6月に実施した「給食Enjoy☆キャンペーン」の3Cのメニューを11月26日(水)に取り入れました。献立は、「コーヒー牛乳・ココア揚げパン春雨スープ・肉団子・スマナサラダ」です。
みんなの好きなメニューばかりだと思います。手早く準備をして、ゆっくり味わって楽しくいただきましょう。



給食センターブログ開設中。ぜひ、アクセスしてみて下さい。



QRコードでも
アクセスできま
す！

