令和８年

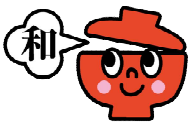
寒川学校給食センター

# 11月給食だより

毎月19日食育の日

今日の献立はこちらから

## 11月24日は和食の日、11月は和食月間です！




私たち日本人の伝統的な食文化である「和食」は、2013年にユネスコ無形文化遺産に登録されました。無形文化遺産は、遺跡や自然などが登録される世界遺産とは異なり、土地の歴史や生活風習と深く関わる伝統や行事など、目に見えない文化を対象としています。食文化では「和食」のほかに、「伝統的酒造り」が 2024年に登録されました。毎年 11 月 24 日は和食文化国民会議が定める「和食の日」、そして、11 月は農林水産省が「和食月間」と位置付けています。学校給食では、ご飯を中心に、だしのうま味を生かした汁物や旬の食材を使った料理を取り入れるのはもちろん、年間を通して行事食や郷土料理を提供し、「和食」文化に触れる機会を大切にしています。毎日の給食から「和食」について学んでみませんか？

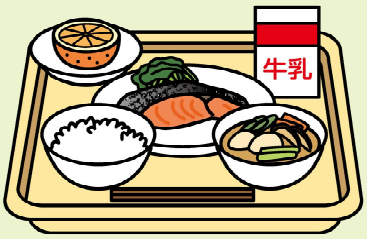




11月24日の献立は『ごはん　サワラのピリ辛焼き　のっぺい汁　浅漬け　牛乳』です。

## 給食から学ぶ和食文化

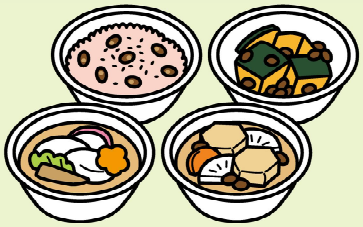
**「ご飯・汁物・おかず」を組み合わせた、栄養バランスのよい食事**




**「いただきます」「ごちそうさま」のあいさつから生まれる感謝の気持ち**




**行事食や郷土料理など、地域や日本に伝わる食文化**

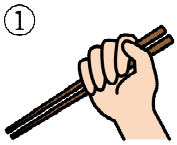


## はしを上手に使って、きれいに食べよう

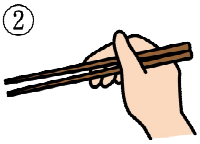


あなたのはしの持ち方に近いのは、次のどれですか？

①



②



③



④



⑤



【正しい持ち方は⑤です】



左利きの人はこんな形

## 寒川の日 今月使用予定の寒川産食材



米・小麦粉・生しいたけ・小松菜・ねぎ・さつまいも・大根・きゅうり・キャベツ・にんじん・里芋

今月の献立

# 寒川産小松菜まんじゅう　改め
# 寒川三食忍者まん



6月に登場した寒川産の小松菜を使った作った「寒川産小松菜まんじゅう」は、大好評でした。その後、寒川町の他の野菜も使用して作ることができないかを検討し、今回、寒川産の「ほうれんそう」と、「じゃがいも」を使って作ることになりました。そして今後、いろいろな寒川産の野菜を使えるように、ここで名前を「寒川三食忍者まん」に改めることにしました。ほうれんそうとじゃがいもの入った今回の「寒川三食忍者まん」をお楽しみに！

**★『「高座」のこころ。』鍋（2日）**

寒川産小麦から作ったすいとんだんごや寒川産の野菜を使ってつくられる『「高座」のこころ。』鍋。今年も給食センターで作った『みそ』で味付けします。

**★揚げパン（小学校13日・中学校27日）**

学校を訪問すると、『揚げパンはいつ出ますか？』とよく聞かれます。今回はシナモンを混ぜたグラニュー糖をまぶします。

**★さつまいものカレー（25日）**

11月のカレーは、さつまいもを入れて作ります。ほんのり甘く、さつまいもの黄色がかわいいカレーです。

## 給食の献立紹介

学校を訪問した時に、「（おうちの人から）『じゃがみそは何を使っているのか聞いてきて』と言われたので、教えてください」と声をかけられました。レシピを紹介します！

### じゃがみそ



【材料　4人分】

| | |
|---|---|
| じゃがいも | 3個くらい（400g） |
| 揚げ油 | 適量 |
| すりごま（白） | 大さじ2強 |
| みそ | 小さじ2強 |
| 砂糖 | 大さじ1と小さじ1 |
| みりん | 小さじ2強 |
| 水 | 大さじ1/2強 |




【作り方】

① じゃがいもは一口大に切って、油でカリッとするまで揚げる。（目安：180℃5分程度）

② すりごま、みそ、砂糖、みりん、水を鍋に入れて、よく混ぜてから加熱する。

③ ①を②に入れて、絡ませる。

給食センターになってから、初登場にして大人気でした。衣の付き具合は、水の量を変えて調整してみてください。お弁当にもおすすめです。

### ウインナーのコーンフリッター



【材料　4人分】

| | |
|---|---|
| ウインナー（20g） | 8本 |
| クリームコーン | 60g |
| 小麦粉 | 大さじ3 |
| 水 | 大さじ1弱 |
| 揚げ油 | 適量 |




【作り方】

① クリームコーンと小麦粉と水を混ぜる。

② ウィンナーに①をつけて油で揚げる。（目安：175℃3分程度）



今月の試食会はありません。次回は３学期の予定です。

詳細はこちら