



給食だより

家庭数

11月号 さいたま市立新開小学校

木々の葉も色づき、秋の深まりを感じる季節となりました。朝晩の冷え込みが一段と厳しくなるこれからの季節は、朝起きるのが辛くなりますが、寒い時こそゆとりをもって起き、温かい朝食でからだをあたためて登校しましょう。

今月は「彩の国ふるさと学校給食月間」です

埼玉県では、11月を「彩の国ふるさと学校給食月間」としています。そこで今月の給食では、埼玉県で収穫された食材や埼玉県内の郷土料理をたくさん取り入れています。埼玉県は、首都圏でも有数の農業がさかんな県です。地場産物の活用や郷土料理を取り入れた給食を通して、ふるさとへの理解と愛着を深めてもらいたいと考えています。

☆「地産地消」について考えよう！

「地産地消」とは「地域生産・地域消費」を略した言葉で、「地域で作られたものを地域で食べる」という意味です。地産地消には、たくさん良いところがあります。



新鮮
 生産地が近いので、新鮮なものをかうことができます。

安心
 作る人と食べる人の顔が見え、話ができる関係は信頼と安心を生み出します。

環境
 生産地が近いと食材を運ぶ燃料が減るため、環境にやさしいと言えます。

元気
 地元で作ったものを地元で消費するので地域経済が活性化します。

食育
 地元の食材を知ること、食文化を守り、食の大切さを感じることができます。

さいたまけん ★埼玉県 やさい 野菜クイズ

こんげつ きゅうしょく さいたまけんさん やさい おお しょう さいたまけん おお さいばい
 今月の給食では、埼玉県産の野菜を多く使用しています。そこで、埼玉県で多く栽培され
 ている野菜についてのクイズを作りました。

みなさん、全問正解を目指してチャレンジしてみてください！

Q1 さいたまけん せいさん
 埼玉県で生産がさかんな「さといも」
 わたしたちがいつも食べているのはさと
 いものどの部分でしょうか？

1. 葉(は)
2. 茎(くき)
3. 根(ね)



Q2 さいたまけん せいさん
 埼玉県で生産がさかんな「こまつな」
 こまつなが一番おいしい旬の季節は次
 のうちどれでしょうか？

1. 春(はる)
2. 夏(なつ)
3. 冬(ふゆ)



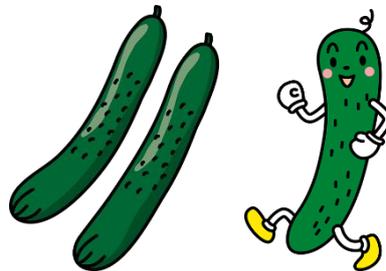
Q3 みぎ しゃしん さいたまけん せいさん やさい はな
 右の写真は、埼玉県で生産がさかんな野菜の花です。
 なん やさい はな
 何の野菜の花でしょうか？

1. ねぎ
2. ほうれんそう
3. フロッコリー



Q4 さいたまけん せいさん
 埼玉県で生産がさかんな「きゅうり」
 じつ せかい きょうく にんてい いったいなん
 実はあることで世界ギネス記録に認定されています。あることとは一体何でしょうか？

1. もっと すいぶん おお かじつ
 最も水分が多い果実である
2. もっと ひく かじつ
 最もカロリーが低い果実である
3. もっと えいようか たか かじつ
 最も栄養価が高い果実である



クイズの答え

Q1…2 葉(は)が大きいものは茎(くき)の一部が大きくなっているように使われています。ちなみにさつまい
 もは根(ね)の一部が大きくなっているのです。

Q2…3 冬(ふゆ)は冬に旬をむかえる野菜です。冬にこまつなは日みがあり、栄養も豊富です。

Q3…1 ねぎは葉が細いので、みじん切りにして使われます。

Q4…2 最もカロリーが低い果実である：カロリーが低いと間違って、栄養がないように思われるかもしれませんが、きゅうりに
 はカリウムやビタミン類などが多く含まれています。