



給食だより

毎月19日は食育の日です

令和7年11月号

川口市立前川東小

11月は彩の国ふるさと学校給食月間です

収穫の秋、11月は「彩の国ふるさと学校給食月間」です。新鮮で安心な地元産の食材を利用した献立を工夫し、ふるさとへの愛着を深めるための学校給食活動を進めています。

給食では、常に地産地消、埼玉県産の食材を取り入れるように心がけていますが、今月はさらに多くの県産品を使う献立にしました。

米（令和7年度産）、パンやめんの小麦、大豆、かぶ、さといも、ブロッコリー、小松菜、長ねぎなどが埼玉県産の予定です。川口市内の農家で収穫したじゃがいも加工して作った「川口ポテトコロケ」や鳩ヶ谷地区のB級グルメ「ソース焼きうどん」、そのほか秩父地方でとれるしゃくし菜で「しゃくし菜ごはん」、埼玉県で多く収穫のできる野菜を使用した「彩の国みそしる」や「おっきりこみ」「みそポテト」など、いろいろ工夫してみました。

川口に住んでいると、埼玉県は農業生産県であるとなかなか感じにくいのですが、毎日食べている給食には、埼玉県でとれた農産物がたくさん使われています。スーパーや八百屋さんでも、野菜や果物の産地が表示されています。お子さんと一緒に、埼玉生まれの食べ物を探してみませんか？

和食の良さを知ろう

11月24日は「いい日本食」の語呂合わせで「和食の日」の日とされています。和食は世界に誇るべき日本の食文化。ヘルシーなその栄養面だけでなく、季節感を上手に取り込み、繊細な美意識に裏打ちされた日本の和食は今、世界中からホットな注目を集めています。

和食の4つの特徴

多彩で新鮮な食材と

素材そのものの味を生かす調理

栄養バランスのとれた

健康的な食事

自然の美しさを表現

年中行事との関わり



今月の献立紹介

豆乳

12日（金）に新しい献立「豆乳ごまスープ」が登場します。豚肉と野菜を煮て、豆乳、ごま、しょうゆ、みそで味を調えたスープです。豆乳は大豆から作られていて、たんぱく質やカルシウムなど栄養がいっぱい入っています。豆乳ににがりを入れると固まり、豆腐になります。

感謝の気持ちをもって 食べましょう!

みなさんは食事のときに心を込めて「いただきます」「ごちそうさま」を言っていますか。みなさんが食べ物を食べるまでに、いろいろな人がかわり働いています。また食べることは、食べ物となった動物や植物の命をいただくことでもあります。いつも感謝の気持ちを忘れないようにしましょう。

