

# 埼玉県の食材を食べよう

11月は、「彩の国ふるさと学校給食月間」です。そこで、今月は埼玉県や、蕨市にちなんだ献立を取り入れています。

## 1日【小松菜のクリーム煮】

埼玉県は、小松菜の生産量が全国1位です！



## 8日【おっきりこみ】

秩父地方の郷土料理です。にんじんや大根、ごぼうなどの根菜を、麺と一緒に煮込みます。

## 11日【わらじカツ丼】

2枚のカツがごはんに乗った、秩父の名物料理です。ごはんの上にキャベツとカツを乗せて、いただきます。

## 13日【かてめし】

埼玉県の郷土料理です。ごはんの量をふやすための具を、秩父地方では「かて」と言うそうです。

## 20日【トマトカレー】

北本市といえば、トマトの名産地。トマトをたっぷり使った、北本市のご当地グルメです。



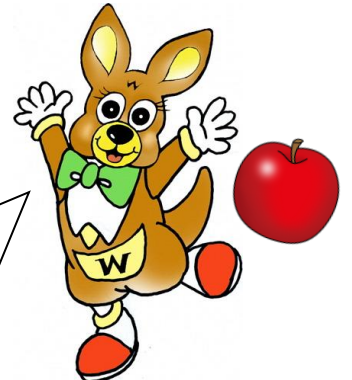
## 21日【わらび大根のゆかり和え】

とてもきょうな蕨産の大根を、ゆかり和えて味わって食べましょう！



## 11月28日は、蕨市制60周年お祝い献立です！

昭和34年に蕨市が誕生して、今年で60周年になります。60周年を記念して、「わらびりんごゼリー」が28日に登場します。この日の「とうふハンバーグのきのこあんかけ」は、第二中学校の生徒が考えてくれた献立です。また、「わらびを食べるスープ」の白菜、長ねぎと、「大根サラダ」の大根は、蕨産のものを使用する予定です。



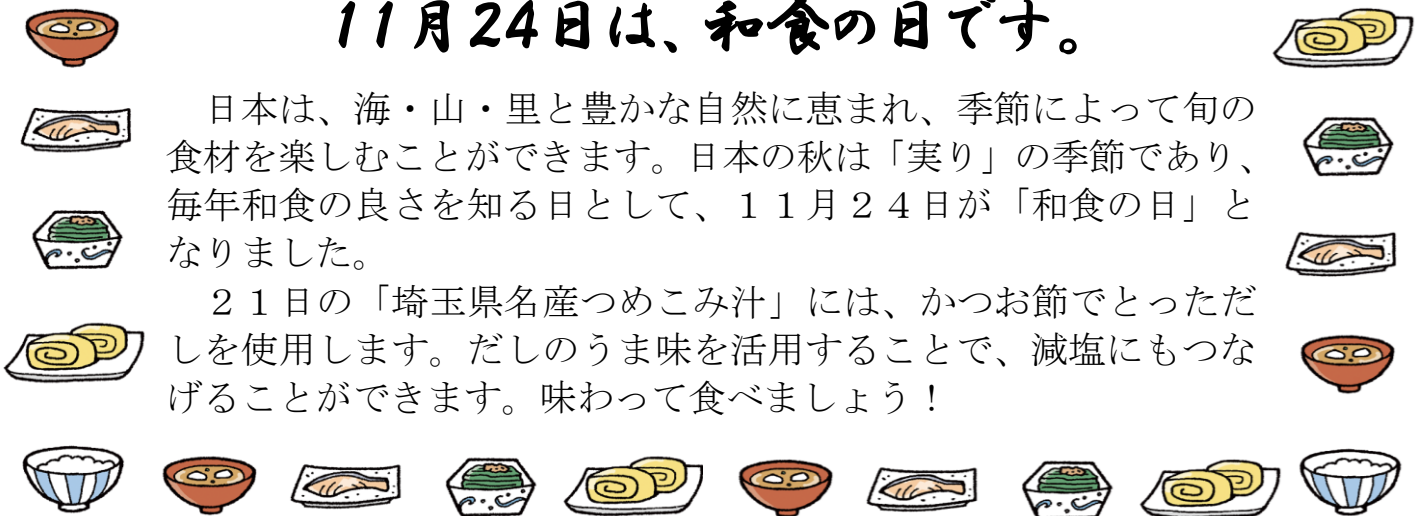
蕨市マスコットキャラクター「ワラビー」



## 11月24日は、和食の日です。

日本は、海・山・里と豊かな自然に恵まれ、季節によって旬の食材を楽しむことができます。日本の秋は「実り」の季節であり、毎年和食の良さを知る日として、11月24日が「和食の日」となりました。

21日の「埼玉県名産つめこみ汁」には、かつお節でとっただしを使用します。だしのうま味を活用することで、減塩にもつながることができます。味わって食べましょう！



**「学校給食のメニュー作りにチャレンジ」ご応募 ありがとうございます！**

今年は、542件の応募がありました。11月から給食に登場しますので、お楽しみに！