

# 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。



**15日【のらぼう菜入り沢煮椀】**  
のらぼう菜は、埼玉県比企郡でよく作られる野菜です。くきにほんのりあまみがあります。

**30日【蕨ABCスープ】**  
蕨市の農家さんが育てた野菜を大人気のスープにつかいます。

**28日【蕨の木の芽のメンチカツ】**  
蕨市の農家の貫井さんが育てた木の芽をメンチカツにまぜます。

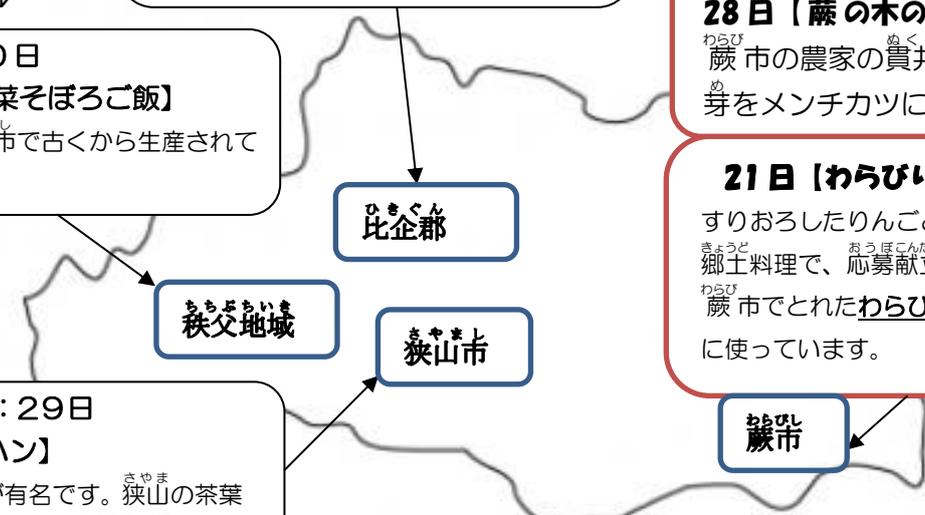
**21日【わらびりんごのバラ焼き】**  
すりおろしたりんごと豚肉を炒める青森県の郷土料理で、蕨市の郷土料理です。今回は蕨市でとれたわらびりんごのジュースを調味料に使っています。

A: 7日、B: 10日  
**【しゃくし菜そぼろご飯】**  
しゃくし菜は、秩父市で古くから生産されている野菜です。

A: 22日、B: 29日  
**【埼玉お茶〜ハン】**  
狭山市ではお茶が有名です。狭山の茶葉入りのチャーハンです。応募献立です♪

**20日【埼玉やさいまんじゅう】**  
埼玉県産の小松菜・ニラを使ったまんじゅうです。

A: 29日、B: 22日  
**【彩の国八宝彩】** 応募献立です♪埼玉県で多く収穫されるさといも、白菜、小松菜が入ります。



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・里とゆたかな自然にめぐまれ、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、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。24日の「つみっこ」は埼玉県本庄市や秩父地域に伝わる郷土料理です。「つみっこ」とは「つみとる」の方言で、小麦粉を水でねって作った生地(すいとん)を「つみとる」ようにちぎって鍋にいれたことからこのように呼ばれています。季節の野菜もたっぷり食べることができます。また、けずりぶしをだしからとって、香り豊かに仕上げます。



**「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!**  
今年もたくさんのご応募ありがとうございました。11月から給食に登場しますので、お楽しみに!