

# 給食だより11月

さいたま市立大牧小学校  
令和 7年 10月 31日  
NO. 7  
給 食 室



## 彩の国ふるさと学校給食

コバトン

さいたま市は、人口が全国5位で東京方面へ働きに行く人も多くいますが、自然災害が少なく、気候も安定しているので、農業がさかんでいろいろな作物がつくられています。











さいたま市では、くわい、さつまいもや里いも、小松菜の生産量が多く、中でも、くわいは緑区や岩槻区を中心に栽培され、全国へ出荷されています。



11月の給食では、埼玉県やさいたま市内産の食材を多く取り入れたり、埼玉県の郷土料理を献立に取り入れたりしています。また、11月から1月は、さいたま市で生産された新米を炊いたごはんを提供する予定です。

### 埼玉県でとれる全国生産量の多い農産物

2023年農林水産省統計より  
(くわい 2020年統計より)  
(えだまめ 2021年統計より)

|   |   |   |   |   |
|---|---|---|---|---|
| こまつな<br>だい 第2位<br>   | くわい<br>だい 第2位<br>  | ほうれんそう<br>だい 第1位<br> | ねぎ<br>だい 第1位<br>   | かぶ<br>だい 第2位<br>     |
| ブロッコリー<br>だい 第2位<br> | きゅうり<br>だい 第3位<br> | さといも<br>だい 第1位<br>   | えだまめ<br>だい 第5位<br> | チンゲンサイ<br>だい 第4位<br> |

### ちさんちしょう 「地産地消」

せいさんしゃ  
生産者

おたがいの顔が  
見える関係

しょうひしゃ  
消費者



しんせん あんぜん しょくひん  
新鮮で安全な食品

りかい かんしん  
理解・関心



とれたての食べものは新鮮で味がよく栄養分も多く含まれています。

じもと ちさんちしょう たいせつ みなお  
地元でとれる農作物を地元で消費する「地産地消」の大切さが見直されています。

だいまきしょうがっこう おまぎしょうがっこう おまぎちゅうがっこう こうごうどうこんだて  
 大牧小学校、尾間木小学校、尾間木中学校の3校合同献立

11月11日(火)に、大牧小学校、尾間木小学校、尾間木中学校の3校合同の取組で、  
 共通の献立を実施します。

「まるごとさんまの塩焼き」は、3校の栄養士がお魚屋さんと直接交渉して、「給食で  
 子どもたちにまるごとのさんまを食べてほしい!」という思いで、今年も実施することができ  
 ました。同じ献立を実施することで、給食が家庭や地域共通の  
 話題となり、少しでも小学校と中学校との架け橋となれたら・・・という思いを込めていま  
 す。

去年の給食の写真です

今年も、サンマが丸ごと一尾、

給食に出ます。



つくって食べよう! ~11月26日実施予定~



ひじきのマリネ

ひじきを洋風のサラダにした、給食でも人気の料理です。

《材料》4人分

- ・干しひじき・・・15g (小房に分ける)
- A [ 砂糖・・・小さじ1/2
- ・しょうゆ・・・小さじ1と1/2
- ・みりん・・・小さじ1/2
- ・きゅうり・・・50g (せん切り)
- ・だいこん・・・100g (せん切り)
- ・にんじん・・・30g (せん切り)

《ドレッシング》

- B [ サラダ油・・・小さじ2
- ・酢・・・小さじ1と1/2
- ・砂糖・・・小さじ1
- ・塩・・・少々

《作り方》

- ①干しひじきを戻して、Aの調味料と一緒に火にかけ、煮含めます。
- ②煮含めたら、粗熱をとり、冷やします。
- ③切ったきゅうり、だいこん、にんじんに軽く塩をふり、水分が出てきたらよくしぼっておきます。
- ④Bの調味料を混ぜ合わせ、ドレッシングをつくります。
- ⑤ひじきと野菜を合わせ、ドレッシングをかけて混ぜます。