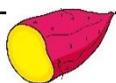


給食だより



新座市立栗原小学校

秋はスポーツの秋や読書の秋と、運動や勉強に取り組むのによい季節です。また、美味しい食べ物が収穫される季節です。実りの秋、食欲の秋という言葉もあります。食事をしっかり食べて、いろいろな秋をたのしみましょう。



秋の味覚

さつまいも

さつまいもは、江戸時代に中国大陸から沖縄を経て日本に入ってきました。

さつまいもは九州から南に行くにつれて名前が増えます。昔、鹿児島県では甘藷(かんしょ)と呼ばれていて、現在では唐芋(からいも)と呼ばれています。九州北部ではトイモやトイモ、長崎県の平戸地域では琉球いも、沖縄県ではハンスーと呼ばれています。

ゆでたり焼いたりして食べるほか、いもようかんやスイートポテトなどのおかしの材料にもなります。

世界の料理 ロシア編



ズドラーストヴィチェ
(こんにちわ!)

ロシアは世界で1番大きな国で、その面積は日本の40倍以上です。西はバルト海から東は太平洋まで広がる広大なロシアの国土には、さまざまな民族が暮らしています。ロシア料理には、そうした民族の影響を受けた料理が数多くあります。

ロシアの家庭では、具だくさんのスープとライ麦粉からつくる酸味のある黒いパンが食事の基本です。食事の前にはザクスカとよばれるさまざまな種類の前菜類を食べることもあります。しっかりした食事になると、さらに肉や魚などメインの料理を食べます。



給食試食会へのご参加ありがとうございました!

今年の献立は、例年アンケートで今後試食したいメニューで上位にあがっていた揚げパンでした。食べることができて嬉しかった、懐かしい味だったという声をたくさんいただきました。その他にもいただいたご感想はA棟2階の栗っこ掲示板にて紹介しています。ぜひご覧下さい。

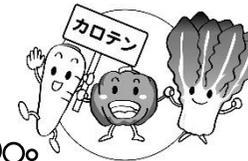


ご意見を今後の給食運営に生かしてまいります。ご協力ありがとうございました。

10月10日は目の愛護デー

10月10日は、目の愛護デーです。「10」を2つ並べて横にした時に、まゆと目の形に見えることから名づけられたそうです。

目や粘膜を丈夫にする
緑黄色野菜をとりましょう!



緑黄色野菜にはカロテンが含まれていて、体の中でビタミンAに変化します。ビタミンAは、目の健康を保つのに大切な栄養素です。また、皮ふの健康にも欠かせません。

《8・9月の主な給食食材産地》

新座市では定期的に給食食材を放射性物質検査に出し、結果を公表しております。詳しくは市や学校のホームページをご覧ください。

食材	産地	食材	産地	食材	産地
ごはん	埼玉	ズッキーニ	長野	さやいんげん	青森
パン・麺	埼玉・アムカ・カガ	ピーマン	茨城	だいこん	北海道
牛乳	埼玉	じゃがいも	北海道	えのきたけ	長野
豚肉	群馬	かぼちゃ	北海道	こまつな	群馬
鶏肉	岩手	チンゲン菜	茨城	ごぼう	群馬
鶏卵	青森	長ネギ	青森・秋田・山形	むきえび	インド他
にんにく	青森	緑豆もやし	栃木	ちりめんじゃこ	愛知
しょうが	高知	赤ピーマン	千葉	サケ	北海道
玉ねぎ	北海道	なす	埼玉・山梨	かじきまぐろ	インドネシア
にんじん	北海道	みょうが	高知	いか	ペルー
きゅうり	埼玉・群馬	さといも	栃木	あさり	熊本
キャベツ	群馬・長野	ぶなしめじ	長野	なし	千葉
パセリ	長野	セロリ	長野	きよほう	愛媛
にら	茨城	ほうれん草	栃木	みかん	和歌山
こねぎ	福岡				

8/30(金)~9/30(月)に使われた食材です。