



川口市立十二月田小学校
令和7年11月

☆毎月19日は食育の日☆

こんげつ しょくいくもくひょう 今月の食育目標

きょうどしょく み ～郷土食を見なおそう！～

11月は彩の国ふるさと学校給食月間です。埼玉県各地域で古くから食べられている郷土料理や、埼玉県でたくさん作られている野菜などを使用した献立がたくさん登場します。私たちが住む川口市内で作られた野菜などを使用する日もあるので、味わって食べましょう。

さいたまけん つく やさい でんとうやさい 埼玉県でたくさん作られている野菜、伝統野菜

6日：彩の国汁（こまつな、さといも、ねぎ、）

12日：むさしのクリームスープ（さつまいも、ブロッコリー）

28日：のらぼう菜ともやしのナムル（のらぼう菜）



し ときがわ市のゆるキャラ のうびたん

かわぐち し 川口市のゆるキャラ きゅぼらん



かわぐち し りょうり 川口市ゆかりの料理

10日：銚子汁、鉄骨ちらし、

川口ほうれんそうウィンナー

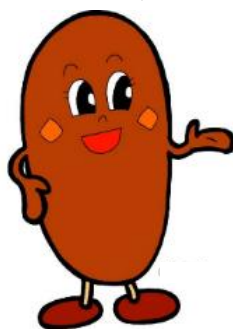
11日：川口みそのスタミナ焼肉

12日：川口ポテトコロッケ

18日：川口いちごゼリー



ぎょうだし 行田市のゆるキャラ こぜにちゃん



®行田市

さいたまけんないかくしちょうそん りょうり 埼玉県内各市町村ゆかりの料理

7日：ゼリーフライ（行田市）

17日：まゆ玉汁、かてめし（秩父地方）

20日：東松山風焼きとん丼（東松山市）、狭山茶豆乳プリン（狭山市）

21日：おっきりこみ、みそポテト（秩父地方）

28日：豆腐ラーメン（さいたま市）、深谷ねぎぎょうざ（深谷市）



きゅうしょくししょくかい おこな 給食試食会を行いました！

10月15日にPTA厚生部主催の給食試食会を行いました。約40名の保護者の皆様に参加して頂き、給食が学校に届けられるまでの流れや、献立を考える際のポイントなどをお話ししました。

この日提供した「さつまいもときのこのクリームシチュー」のレシピを10月号に記載しています。気になる方はぜひ作ってみてください。



給

食

が

で

き

る

ま

で

はいかんへん
～配缶編～

大きな釜で作った汁物やおかず、個数もののおかずを各クラスの人数に合わせて食缶に分けます。小学校約160クラス、中学校約110クラスの合計約270クラスに分けていきます。個数もののおかずは数え間違えないように、2度数えを行います。



ごぼうにや
ミートソーススパゲティ



ぎょうざ

各学校各クラスの人数を確認しながら、2人で配缶していきます。

めんの汁物はいつもより少し多めに配缶しています。丸缶の中にある目盛りを目安に、人数分の量を配缶していきます。

かてい きゅうしょく
ご家庭で給食メニューを作ってみませんか？

♪ 東松山の焼きとん丼 ♪



【材料：給食4人分】

- ・豚肉…200g
- ・しょうが…1.2g
- ・にんにく…1.2g
- ・炒め油…2g
- ・たまねぎ…24g
- ・ながねぎ…32g
- ・みそ…14g
- ・トウバンジャン…0.2g
- ・さとう…5.2g
- ・酒…8g
- ★ 酢…1.2g
- ・みりん…8g
- ・しょうゆ…2g
- ・ごま油…1.2g
- ・いりごま…4.8g
- ・水…8g

【作り方】

1. 食材の下処理をします。しょうが・にんにくはみじん切り（チューブのものを使う際は計量）、たまねぎは薄切り、長ねぎは小口切りにします。
2. フライパンに炒め油を引き、しょうが、にんにく、豚肉を炒め、火が通ってきたら他の野菜も炒めます。
3. 全ての食材に火が通ったら調味料（★）を加えて味を整えます。

【一口メモ】

東松山市では豚のかしら肉を炭火で焼き、みそだれを付けて食べられています。名称も異なり、鶏肉は使用していませんが「やきとり」と呼ばれるようです。

※学校給食での分量です。ご家庭で調整をお願いします。