11月給食だより

令和8年度
さいたま市立辻小学校
給食室

11月は彩の国ふるさと学校給食月間です！

１１月は、収穫の秋ということもあり、「彩の国ふるさと学校給食月間」とされています。給食では、埼玉県の食材を取り入れたメニューや埼玉県の郷土料理がたくさん登場します。埼玉県にはおいしいものがたくさんありますよ！ぜひ味わって食べてくださいね。





川島町
11/12　川島呉汁

深谷市
11/26　さばの深谷ねぎ味噌焼き

北本市
11/27北本トマトカレー

寄居町
11/26　トンとろりんスープ

行田市
11/25 ゼリーフライ

秩父市
11/2　みそポテト

狭山市
11/18　黒糖狭山茶揚げパン
11/24　たらの米粉狭山茶フライ

川越市
11/16　さつまいもごはんのおにぎり

川口市
11/25 いものじる

埼玉県・さいたま市
11/2　かみかみじゃこサラダ（小松菜）
11/4　さいのくに納豆
11/10　ソイ丼
11/10　のらぼうなのごまサラダ
11/11　キャロットパン
11/11　バターナッツかぼちゃのシチュー
11/11　小松菜サラダ
11/13　カリーノケールペペロンチーノ
11/17　生揚げと里芋の煮物
11/17　埼玉県産柚子ゼリー
11/24　岩槻豆腐ラーメン
11/24　さいたまナムル（かぶ、小松菜）
11/27　カリフローレサラダ
11/30　鶏肉とさつまいものグラチネ
11/30　小松菜のトリコローレサラダ







埼玉県の郷土料理　:- - - -
埼玉県・さいたま市の食材を取り入れたメニュー　:・・・・・

11月30日は、シェフ給食です！

大山シェフが辻小学校にきます

１１月３０日に、浦和区にあるイタリア料理店「プリマベラ」の大山五夫シェフが来校し、シェフが１から考えたオリジナルのイタリア料理給食を提供します。

～MENU～
前菜　・こまつなのトリコローレサラダ
スープ　・ミネストローネ
メイン　・とりにくとさつまいものグラチネ
パン　・フォカッチャ



11/8は、いい歯の日！

毎年１１月８日はいい歯の日です。いつまでもおいしく食事をとるためには、毎日のお手入れで健康な歯を保つことが重要です。毎食後の歯磨きはもちろん、食事の時に、よく噛むことも歯を丈夫にするために大切です。11月2日（月）の給食は、かみかみごはん、みそポテト、かみかみじゃこサラダ、牛乳です。１口30回以上目指して噛むようにしましょう！

かがやくひとみ♪音楽会献立

１１月６日（金）は、辻小学校だけの音楽会特別献立です。１日３食しっかり食べて、体調を整え、本番ではこれまでの練習の成果を力いっぱい発揮しましょう。



～献立～

- にじピラフ（２年生『にじ』）
- 花は咲くサラダ（４年生『花は咲く』）
- まっくろくろすけ（１年生『トトロ』）
- 牛乳

世界の料理～フランス～

ブイヤベース

フランスの南にある地中海沿岸地方で、昔から作られている代表的なスープです。タラ、えび、いか、あさりとトマトや香味野菜を一緒に煮込みます。魚介のうま味と香りを楽しみましょう。

マセドアンサラダ

色とりどりの野菜を小さな角切りにし、ドレッシングで和えたサラダです。名前は、フランス語で「さいの目」を意味する「マセドアン」に由来します。



１１月１５日（日）に、「ツール・ド・フランスさいたまクリテリウム」が開催されます。フランスの食文化を体験して、大会を盛り上げましょう！

4年生が「よりよく発達するための食生活」について自分の食事を振り返りました。

４年生の特別活動の授業で「よりよく発達するための食生活」をめあてに食育を行いました。成長期に入る４年生が大切な３つの栄養について学習し、自分の食事をパワーアップさせる工夫を考えました。「カルシウム貯金をします！」「ビタミンが足りないのでキウイをいれます！」などたくさんの意見が出ていました。



給食試食会を実施しました。

先日、１年生の保護者を対象に「給食試食会」を実施しました。お忙しい中、ご参加をいただき誠にありがとうございました。当日は、日頃子どもたちが食べている給食を実際に味わっていただくとともに、献立づくりでの工夫や給食の様子などについてお話をさせていただきました。

