11月 給食だより



藤岡市学校給食センター
令和8年 11月 1日

今月の給食目標　『 好き嫌いなく 食べよう 』

秋も深まり、だんだんと本格的な冬が近づいています。バランスのとれた食事や適度な運動を心がけ、冬に向けて体調を整えておきましょう。



11月献立紹介

児童考案レシピ

神流小児童考案「あさりと7種の恵み味噌汁」　A献立：4日　B献立：2日
美九里西小児童考案「栄養満点！簡単みそ汁」　A献立：11日　B献立：30日





１学期の学校保健委員会で取り上げたテーマに沿って、神流小では「熱中症予防、うちの推しみそ汁・スープ」、美九里西小では「バランスのよいあさごはんをつくろう！」についてレシピを考えてくれました。
たくさんの応募の中から、各校１品を給食に取り入れました。

図書コラボ献立　A献立：5日　B献立：10日

「こまったさんのスパゲティ」に登場する、スパゲティ・アッラ・ボロネーゼを提供します。

ある日、こまったさんがスパゲティを作っていると不思議なことが次々と起こります。こまったさんは工夫をしながら、おいしそうなスパゲティを完成させていきます。読み終わる頃にはスパゲティが食べたくなる一冊です。
（作：寺村輝夫　　絵：岡本颯子）



味めぐり～中国～　AB献立：13日

中国の家庭料理「家常豆腐」を提供します。

家常豆腐は、厚揚げと豚肉、キャベツやたけのこなどを辛みそで炒めた中国の家庭料理です。「家常」は中国語で「家庭の日常的な」という意味で、地域や家庭により味や具材は様々です。





和食の日献立「まごわやさしい」　AB献立：20日

11月24日の「和食の日」にちなみ、「まごわやさしい」献立を提供します。

日本の伝統的な食文化である「和食」は、2013年にユネスコ無形文化遺産に登録されました。毎年11月24日は「和食の日」です。給食では、豆・ごまなどの種実類・わかめなどの海藻類・野菜・魚・しいたけなどのきのこ類・芋のすべての食材を入れた和食献立を提供します。



ぐんま・すき焼きの日献立　AB献立：27日

11月29日の「ぐんま・すき焼きの日」にちなみ、「藤岡野菜のすきやき煮」を提供します。

群馬県は豊かな農林畜産資源を持ち、上州和牛をはじめ、こんにゃく、下仁田ねぎ、しいたけ、春菊、白菜など「すき焼き自給率１００％」の県です。
給食では、藤岡市の農家さんが育てた白菜と根深ねぎ、群馬県産のしらたき、しいたけを使用してすき焼き煮を提供します。

