



# きゅうしょくだより 11月



秋は、夏の日差しをたっぷり浴びて育った、米や野菜、果物などが収穫を迎える季節です。御殿場市でも、ごてんばコシヒカリの新米や白菜、大根、さつまいもなどが収穫され、おいしい時期を迎えました。

今月は、地場産物を多く取り入れた給食が登場しますので、お楽しみに！地域でつくられている食べ物について、ぜひご家庭でも話題にしてみたいはいかがでしょうか。



## 地場産物活用週間

11月14日(月)～18日(金)



自分たちが住んでいる地域でとれる食べ物のことを地場産物といいます。地場産物を積極的に使うことは、流通などに使うエネルギーの節減につながります。また、生産者の顔が見える環境は、安全安心で新鮮な旬の農作物を手に入れることができるというメリットがあります。

御殿場市では、「地場産物活用週間」を実施し、地場産物を活かした献立を取り入れます。お楽しみに！

## 御殿場の地場産物を知ろう！

**1 みそ**  
ふるさと味噌 (御殿場市 稲野)

**2 牛乳**  
酪農家：御殿場市(極楽、中清水、栗田中)、小山町(足柄)

**3 さんかどん 金華豚**  
三輪産豚 (御殿場市 仁杉)

**4 とり肉**  
東富士産鶏 (御殿場市 極楽)

**5 トマト** (御殿場市 永塚)

**6 キャベツ** (小山町 足柄)

**7 御殿場ハム**  
石川商店 (御殿場市 新橋)

**8 しょうゆ**  
天野しょうゆ (御殿場市 御殿場)

お茶を収穫した後の田んぼで水かけ農を作っています！

お米・水かけ菜 (御殿場市・小山町)

ほうちちは、稲宮を伴う葉に出る、キャベツの芯やにんじんの葉やどろ、苜蓿にやっつけたごぼうパンをもちっているんだ！

好味は、蒸籠さんが、あやこやの農家さんから仕入れておいてくれます。

ごめんばし 御殿場市

おやまちょう 小山町

あそのし 裾野市

たまねぎ (御殿場市・小山町)

とうもろこし・ゴーヤ (御殿場市 高根地区)

さつまいも (御殿場市)

## 学校給食食材の放射能測定の結果について

第4回(10月7日 測定結果)

こまつな(埼玉県産)	不検出
だいこん(千葉県産)	不検出

不検出:セシウム(134,137)の合算が25ベクレル/kg以下

※次回の測定は11月に実施予定です

県教育委員会のホームページで、測定結果を随時掲載していますので、参考にしてください。

※県ホームページのURL：<http://www.pref.shizuoka.jp/kyouiku/index.html>

11月24日は「和食の日」すまし汁で「だし」のおいしさを味わおう！

収穫の秋の一日、11月24日は、和食の日とされています。

和食文化を守り、伝えていくことの大切さについて考える日です。

そこで、今月の給食では、「だし」のおいしさを味わうことのできる、すまし汁がです。ご家庭でも「だし」を使った料理を作って、和食を考える機会にしてみませんか。



# 食事のあいさつをしよう

わたしたちは食事からエネルギーや栄養素を補給して、成長したり活動したりしています。「いただきます」や「ごちそうさま」は、食べ物の命や食事を用意するためにかかわった人たちへの感謝が込められている言葉です。感謝の心をもって、あいさつをしましょう。





### いただきますの意味

「いただきます」は、ただ「食べます」という意味で言うのではなく、さまざまな動物や植物の「命をいただきます」という意味が込められています。心から感謝して、食事を始めましょう。





### ごちそうさまの意味

「ご馳走さま」の「馳走」は、走りまわるとい意味です。昔はお客さまが来ると、家にはない食べ物を海や山まで探して準備をしなければなりません。そのため、「私のために走りまわってくれてありがとう」という意味が込められています。



**御殿場の地場産物を使った給食メニュー**

今月は、「地場産物活用週間」があります。そこで、今回は御殿場産わさび、鶏肉、しょうゆを使って学校給食で提供している「鶏肉のから揚げわさびソース」を紹介し  
ます。わさびソースは、ハンバーグや魚にかけてもおいしいのでご家庭で作ってみてください。

## 鶏肉のから揚げわさびソース

材 料	4	人	分	作 り 方
鶏もも肉	1 枚	(250g)		① 鶏もも肉を一口大に切り、しょうゆと酒で下味をつける。 ② 「わさびソース」を作る。鍋に細かく切ったわさびの茎三杯酢漬と、わさびソースの調味料を入れ、ひと煮立ちしたら火を止める。 ③ ①の水気を切り、小麦粉、片栗粉をまぶし、余分な粉をはたいて、170℃くらいの油で揚げる。 ④ 揚げた鶏肉にわさびソースをかけてできあがり。
しょうゆ	大さじ	1		
酒	小さじ	1		
小麦粉	10g			
片栗粉	20g			
揚げ油	適量			
＜わさびソース＞				
わさびの茎				
三杯酢漬	2.5g			
酒	小さじ	2		
しょうゆ	小さじ	1		
砂糖	小さじ	2		
酢	小さじ	1/2		
水	小さじ	2		