

給食だより

さいたま市立桜木小学校

給食室



さい くに 彩の国さいたまふるさと学校給食月間 がっこうきゅうしょくげっかん

埼玉県は、人口700万人を超える大消費地であるとともに、一方では、米をはじめ、小麦、野菜、畜産など、全国有数の生産地でもあります。こうした豊かな恵みと立地条件を生かすため、埼玉県では地域で生産された新鮮で、安全・安心な農畜産物を地域で消費する「地産地消運動」を推進しています。

ブロッコリー



ビタミンやミネラルが豊富で栄養価が高く、サラダやシチューの具にも使われます。日本では、30年前から食べられるようになった、わりと新しい野菜です。埼玉県

は全国3位の生産量をほこります。

こまつな



東京都の江戸川区小松川で生まれたこまつなですが、その生産量はいまや東京（全国2位）をぬいて、埼玉県が日本一となっています。

ほうれんそう



ビタミンや鉄分が豊富で元気のもと。もともとは秋から冬の野菜でしたが、品質改良によって、現在では一年中つくられており、埼玉県の野菜の

中でも最も作付け面積が多い作物となっています。全国2位

ねぎ



全国2位の生産量をほこる埼玉県のねぎ、県北部の深谷市の特産品「深谷ねぎ」が有名です。

そのほか埼玉県でとれるもの

かぶ・・・2位

さといも・・・2位

きゅうり・・・3位

埼玉県で作られている野菜はとても種類が豊富な。全部で100種類以上の野菜が作られているそうよ。

給食では、今月さいたま市産のお米をつかいます。また、こまつなは通年さいたま市産を購入しています。



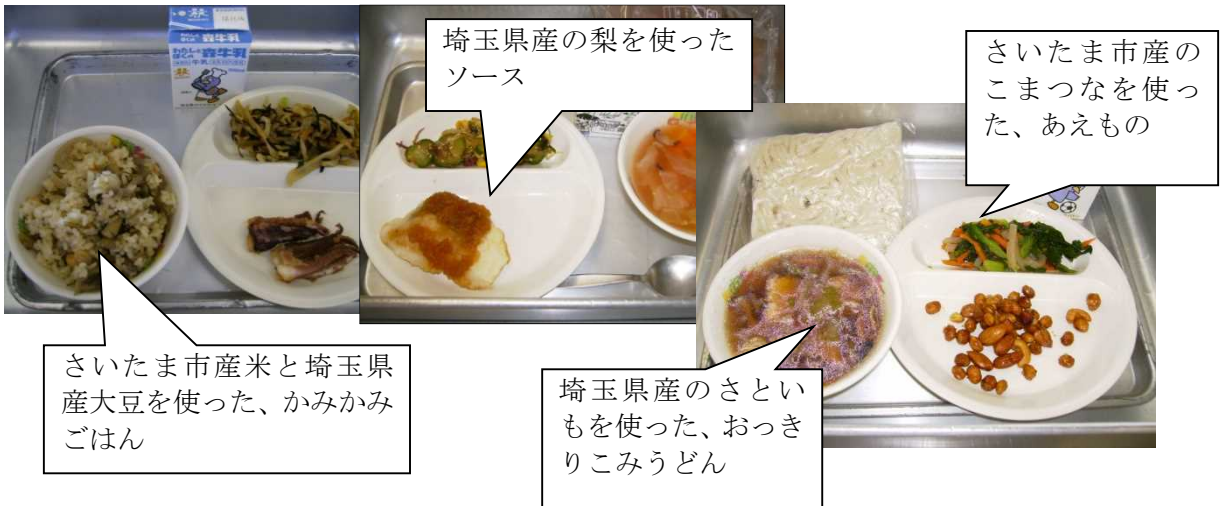
しんどふじ 身土不二

「身土不二」という四文字じゅくごをきいたことがありますか？ 「身土不二」とは、^{からだ}身体と^{つち}かんきょう（土）とは、^{ふた}二つに分けて^わかんがふか^{のう}ふか^{のう}（不可能）ということ。つまり、^{じぶん}自分の^す住んでいるところの^{ちか}近くで^たできたものを^た食べる^{からだ}ことが身体にいいですよ、ということです。

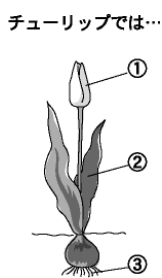
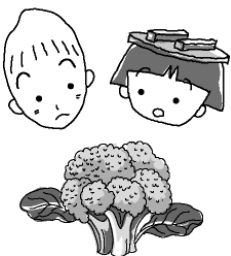
^{ちか}近くでとれた^{やさしい}野菜やお米は、あなたと同じ^{おな}水や^{みず}空気、^{くうき}土などの^{つち}なか^{そだ}中で育っています。それを^た食べる、ということは、自分と同じように^{じぶん}育った^{おな}なか^{そだ}まの^{やさしい}野菜たちから、いのちの^{ちか}パワーをもらうということ。近くでとれた^{やさしい}野菜をたくさん^た食べましょう！ これは、^と遠くでできたものを^{つか}ガソリンを使って^{はこ}運んでくることにくらべると、^{ちきゅう}地球に^{しよくじ}やさしい^{しよくじ}食事にもなっているよ。



さいたま県産の食材を使った給食



わかるかな？



チューリップでは… 埼玉県でもたくさん作られているブロッコリー。さて、ブロッコリーはいったいどの部分を食べているのかな？

- ①花のつぼみ
- ②葉っぱ
- ③根っこ