

11月 給食だより

令和7年11月 甘楽町学校給食センター

秋も深まり、菊の花や紅葉が目を楽しませてくれる季節となりました。新米、肉、魚、野菜、きのこ、くだものなどいっそうおいしさを増す時季です。冬の訪れに備えて、豊富な食材をバランスよく取り入れた食事で寒さに負けない体づくりをしましょう。

10月に続き、給食に使う食材を納めている農家の方々をご紹介します。



国峰地区 金井農園
じゃが芋、菊芋など



善慶寺地区 黒澤登さん
じゃが芋、キウイなど



造石地区 黒澤農園
米、玉ねぎ、かぼちゃなど



白倉地区 菜の花プロジェクト in 甘楽
ほうれん草、米など



秋畑地区 田村きのこ園
なめこ



天引地区 塚田さん
じゃが芋、ズッキーニ、大根など



善慶寺地区 ボヌール太田
じゃが芋、なす、小松菜など



上野地区 松浦さん
ほうれん草



福島地区 三輪さん
金ごま



上野地区 依田さん
空心菜など

このほか、福島地区 井出さん（さつまいも）、よしだ有機農園（玉ねぎなど）、富岡実業高校も納品業者に登録いただいています。

給食目標

日本食を見直そう

11月24日は「和食の日」です。

和食のよいところを知り、
和食を見直してみましょう

世界に ほこる和食を 知ろう！



食材そのものの
味を大切にし、だ
しのうま味を上手
に使う。



ごはんを中心に、
動物性脂肪を
あまり使わない
ヘルシーな食事。



食事の場で自然
の美しさを表現、
季節感も大切に
する。



年中行事と密接
に関わり、家族や
地域のきずなを強
める。

11月21日のおはなし給食 「チリメンモンスターをさがせ！」

出版社：偕成社

きしわだ自然資料館・きしわだ自然友の会・日下部敬之監修

チリメンモンスター、通称「チリモン」は、チリメンジャコに混じって見つかる小さな生き物です。エビやタコ、ちりめんとは違う種類の魚などが混じっていることも・・・
みなさんは見つけることができますか？



給食レシピ

11月8日はいい歯の日！

しっかりかんで食べよう

いかくんサラダ

【4人分】

いかのくんせい 20g
だいこん 輪切りで2cm
にんじん 1/4本
きゅうり 1本
キャベツ 葉2枚程度
セロリ 2cm程度

◆◆ドレッシング◆◆

砂糖 小さじ1
塩 小さじ1/2
こしょう 少々
酢 大さじ1
油 大さじ1

作り方

- ① いかのくんせいは、食べやすい大きさに切る。
- ② だいこん、にんじんは皮をむき短冊切り、きゅうりは、長さ3～4cmの短冊切り、キャベツは細切り、セロリは筋をとって短冊切りにする。
- ③ ボール（袋）に調味料を入れ、ドレッシングを作る。
- ④ ③にいかのくんせい、セロリを加えドレッシングと混ぜる。
- ⑤ 切った野菜を加え、さらに混ぜて完成♪

※給食では、すべて加熱しています。

野菜の種類や切り方は、お好みでアレンジしてみてください。

