



# 11月給食だより

熊谷市立熊谷学校給食センター



11月は「彩の国ふるさと学校給食月間」です

埼玉県では、食育月間の6月と収穫の秋の11月を「彩の国ふるさと学校給食月間」としています。埼玉県でとれた農産物や郷土料理などへの理解を通して、ふるさとへの愛着を深めることを目的としています。給食でも、埼玉県産や熊谷市産の農産物や郷土料理を取り入れています。



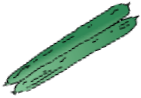
## 11月の給食に取り入れる予定の熊谷市産・埼玉県産野菜、郷土料理

### 熊谷市産

長ねぎ



きゅうり



### 埼玉県産

にんじん



大根



えのきたけ



ほうれん草



キャベツ



生しいたけ

チンゲン菜



小松菜



### 郷土料理

- ☆彩の国みそすいとん
- ☆ゼリーフライ
- ☆吟子汁
- ☆熊谷うどん

給食のお米は、熊谷市で作られている「彩のきずな」を使用しています。



新鮮な旬の食材が  
食べられる



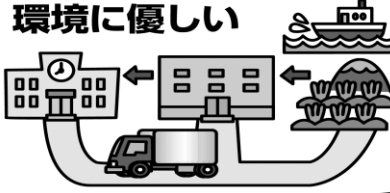
生産者の顔が見えるので  
安心感がある



食べ物を大切にする  
心が育つ



輸送距離が短くなり、  
環境に優しい



地域経済の活性化に  
つながる



## 〈今月の新献立〉 ～レシピ紹介～ 「韓国風鶏の照り焼き」

コチュジャンはもち米麴と唐辛子などを材料とする韓国の発酵調味料です。コチュは「唐辛子」ジャンは「醬」（発酵調味料）のことです。辛いだけでなく旨味と深いコクが特徴です。

### 【材料 4人分】

- ・鶏胸肉切り身……50g × 4切れ
- ・本みりん……………小さじ1
- ・おろしにんにく…少々
- ・ごま油……………小さじ1と1/2
- ・おろししょうが…少々
- ・コチュジャン…小さじ1強
- ・酒……………小さじ1/2
- ・オイスターソース…小さじ1弱
- ・しょうゆ……………小さじ2
- ・白いりごま……小さじ1

### 【作り方】

- ①調味料をすべて混ぜ合わせ、鶏肉に下味をつける。
- ②240℃に熱したオーブンで、約11分焼く。またはフライパンで焼く。