

# 11月給食だより



所沢市立第3学校給食センター

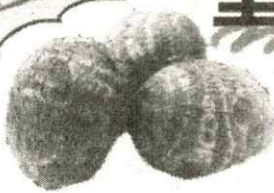
だんだん秋が深まってきましたね。埼玉県では、みなさんにふるさとの土地でとれた作物を知ってもらい、作ってくださった方々への感謝の気持ちと、食べることができる喜びを感じてもらいたいという気持ちから、11月を“彩の国ふるさと学校給食月間”としています。埼玉県の食材をたくさん使った給食が登場しますので、楽しみにしててくださいね！

こんにちは！

## 見つけてみよう！さいたま野菜！

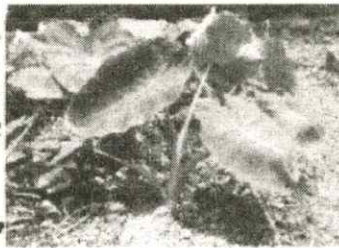
すばい!!  
出荷量全国1位

さいとも  
**里芋**



埼玉県の様々なところで作られています。里芋は土の中で育つので見つけるポイントは葉です！

大きな葉が目印！



ほうれんそう

出荷量全国2位



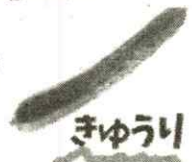
かぶ

こまつな



ブロッコリー

出荷量全国3位



きゅうり

## 今月のたべもののクイズ

この漢字の野菜は何でしょう？

# 蓮根

ヒント

- ① 冬に旬を迎える根野菜です。
- ② おせち料理にも使われる縁起物！

<10月のこたえ>

**なす(茄子)**

なすの色素「ナスニン」には抗酸化作用があります。

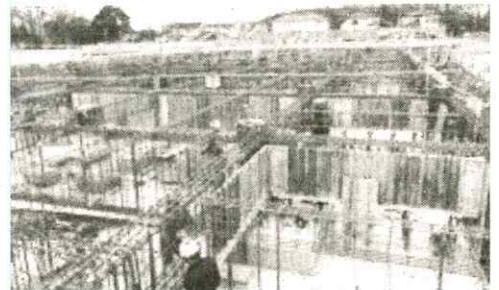
第2学校給食センター

トコロんキッチンが

できるまで

建物を支える土台、

基礎工事が行われました！



基礎とは、地面と建物をつなぐパイプのような重要な働きをします。トコロんキッチンが安全な建物になるように、時間をかけて基礎を作っていきます。