



食べてみんな元気

食育だより
令和7年11月号
知立市学校給食センター



11月10日～14日「地元の味を楽しむスペシャル週間」

愛知県は秋から冬にかけて収穫する食材が多くあります。そこで、11月10日（月）～14日（金）は、知立市や愛知県の食材をふんだんに使用した、地元の良さを感じられる給食を提供します。

●知立市産の食材

しいたけ



知立市の就労継続支援A型事業所「空」では、しいたけを栽培しています。生しいたけは肉厚で、干しいたけは香りがいいです。

- 10日 空さんの白だし汁【干しいたけ】
- 11日 地産地消マーボー豆腐【生しいたけ】

大豆

aguri池鯉鮒の方々が栽培した「フクユタカ」という品種で、ほのかな甘みがあります。昨年度は、約85t収穫できました。



Aguri池鯉鮒
高村友祐さん 高村昭広さん

- 10日 知立大豆の親子サラダ
- 13日 知立大豆と鶏肉のトマト煮込み

ローゼル

知立市のNPO法人かきつ畑♪でローゼルが栽培されています。かきつ畑♪が開催している「畑de学校」で小中学生が収穫したローゼルを使っています。ゼリーの赤色はローゼルの色です！



- 14日 ミニローゼルゼリー

豆腐

知立市産大豆を原料にして、市内の株式会社マルツネが知立市の子どもたちのために特別に製造してくれます。



- 10日 空さんの白だし汁
- 11日 地産地消マーボー豆腐

※12日は、知立市名物「あんまき」を調理して「あんまきの天ぷら」を提供します！



地産地消のいいとこいっぱい！



新鮮な旬の味覚を
味わうことができる



作っている人の顔が
わかり、安心感が
得られる



地域内で資金が還元
され、地域経済の
活性化につながる



農業が活性化する
ことで農地が保全され、
景観の維持や洪水の
防止につながる



運ぶ距離が短くなり、
エネルギーやCO₂排出量
が削減でき、環境に優しい



エスティーゼス（持続可能な
開発目標）の達成に
貢献できる



給食でアジア・アジアパラ競技大会を応援しよう！

アジア・アジアパラ競技大会は、45の国と地域が集まって行われる、アジアで1番大きなスポーツ大会です。4年に1度行われており、2026年の大会は愛知県を中心とした会場で競技が行われます。そこで、11月27日の給食は、「中国」にちなんだ料理を取り入れました。

アジア・アジアパラ競技大会にちなんだ給食を食べて、大会を応援しましょう！



中国ってどんなところ？



中国

日本

北京

首都

東京

約960万 km²

面積

約38万 km²

約14億900万人

人口

約1億2417万人

あいさつ



你好



こんにちは



中国の首都「北京」は、日本の東北地方と同じくらいの緯度だっぴ！



中国の食文化は？

★中国は国土が広いので、地域によって料理の味付けが違います。大きく4つの地域に分けられます。

北京料理 (北部)

上海料理 (東部)

寒い地域でよく食べられていて、濃い味付けが特徴です。北京ダックやジャージャー麺が有名です。

他の地域の料理に比べるとうすい味付けで、魚介類を多く使うことが特徴です。かに玉や小籠包が有名です。

四川料理 (西部)

広東料理 (南部)

食欲増進の効果がある「唐辛子」や「山椒」などの香辛料を多く使います。マーボー豆腐やエビチリなどの辛さのある料理が有名です。

あっさりとした味付けが特徴です。しゅうまいやワンタン麺が有名で、点心と中国茶と一緒に味わう「飲茶」が有名な地域でもあります。

担々麺

中国の四川省 発祥の料理です。「担々」とは、中国語で「荷物」を担ぐという意味があり、天秤棒を担いで麺を売っていたことから、「担々麺」と呼ばれるようになりました。給食では「豆腐」や「練りごま」を使用してまろやかに仕上げます。



小籠包

中国の上海 発祥の料理です。小麦粉を薄く伸ばした皮に、豚ひき肉と煮ごりを包んで蒸籠で蒸して作ります。本場の小籠包は、食べるとスープが溢れ出します。



杏仁豆腐

中国 発祥のデザートです。「杏仁」とは、アズキの種の中にある白い実のことで、「杏仁」とも呼ばれます。元々は薬膳として食べられており、現在では、砂糖や牛乳を入れて食べやすくなっています。

