



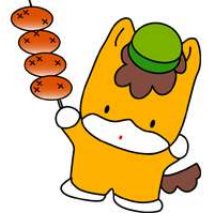
長かった夏が終わったと思ったら急に寒くなりました。朝晩と日中の温度差も大きくなり、体の調子をくずしやすい季節です。日ごろから野菜をたくさん食べ、睡眠を十分にとって病気にかからないようにしましょう。

10月24日は学校給食ぐんまの日！

群馬県で作られた農産物を給食に使い、私たちが住む群馬県の豊かなめぐみに気づいてもらいたいと作られた記念日です。

生産量全国3位以内のぐんまの食材（平成21年度）

- 1位 こんにゃくいも、キャベツ
- 2位 きゅうり、うめ、ふき、こい
- 3位 ほうれんそう、チンゲンサイ、しゅんぎく、レタス、牛乳



●○○●ぐんまのおいしいものを食べよう●○○●

- 22日 太田の特産物「まこもたけ」は、ほのかに甘くてシャキシャキしています。だいたいのソテーで、さあ召し上がれ♪
「こめっこぱん」はぐんま県産のゴロピカリで作られた米粉を使っています。
- 23日 ぐんまで作られた大豆をなっとうにしました。大豆の甘みがたっぷりです。
- 24日 ぐんまの郷土料理「おきりこみ」と「みそこんにゃく」です。
「ねぎとこんにゃく下仁田名産～♪」
- 31日 ぐんまで作られた山いもとキャベツが入ったコロッケです！

ぐんまの郷土料理「おきりこみ」

●ぐんまは昔から小麦の生産が盛んだった！

群馬は昔から、小麦を盛んに作っていたので、うどん・おきりこみ・焼きまんじゅうなど小麦粉を使った料理が多く食べられていました。現在も国内4位の生産量を誇ります。

●天下一のカカア(母)が手早く作った！

働き者で「カカア天下」といわれた上州の女衆たちが、農作業を終えた後、手早く作れて栄養バランスの良い料理として生み出しました。忙しい農作業の合間に、うどんをこねて寝かさず作れたそうです。

●どうして「お切り込み」っていうの？

手打ちの「ひもかわ」という平たい太いめんを地場産野菜たっぷりのなべに、「切っちは入れ、切っちは入れ」で煮込んで食べたことから「お切り込み」の名前でよばれるようになりました。

●アツアツ&とろっとしている秘密！

生のめんをゆでずに、そのままなべに入れて煮るため、めんについた小麦粉がとけて汁にとろみが出て、アツアツでとろっとした味わいになります。

太田でとれる野菜を食べよう！

今月、南小学校へ納品してくださる農家の方です。

- ★こまつな 関谷 治男さん（高林南町）
- 田部井 浩勝さん（高林南町）
- ★まこもたけ JA太田市野菜センター



群馬県は生産量が全国10位以内の農畜産物が32品目もあるんだよ。