給食だより 10月

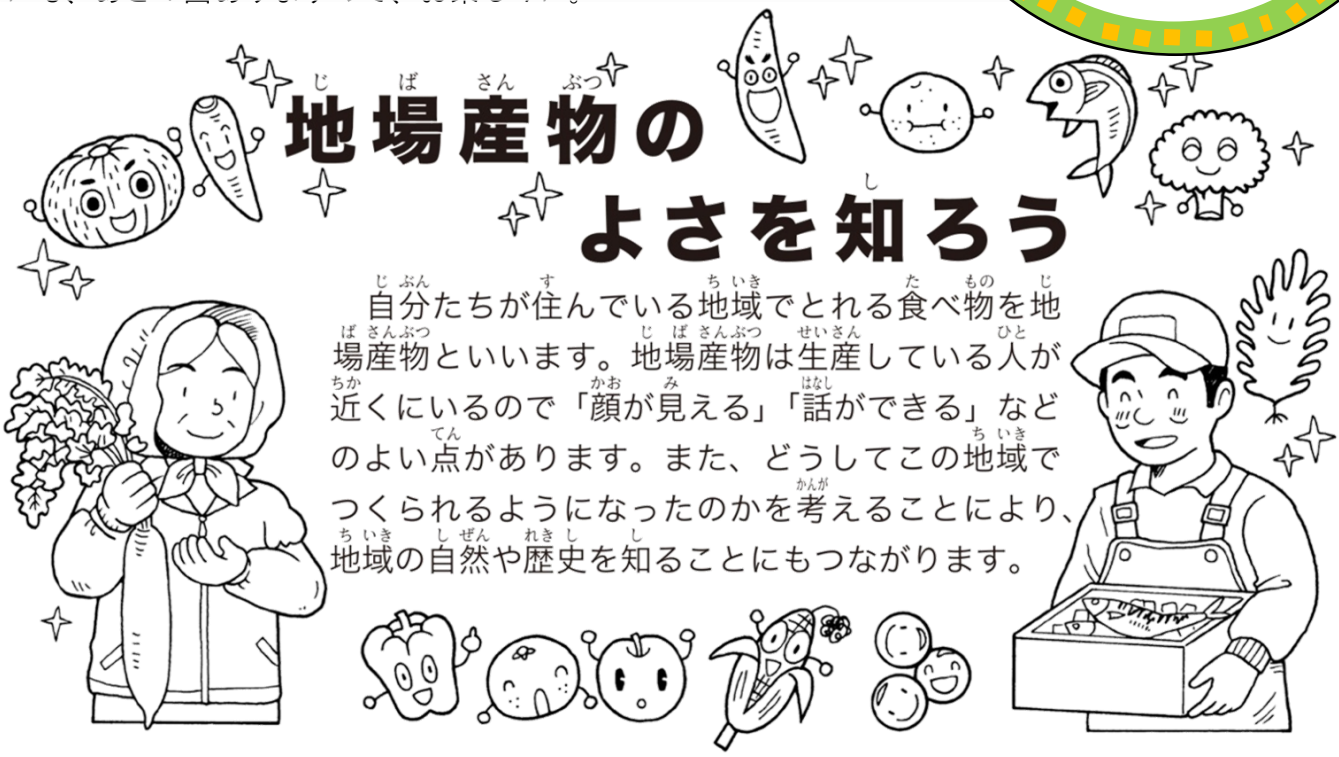
吹上小学校給食共同調理場

実りの秋、食欲の秋となりました。秋は、新米やさんま、さつまいも、くり、ぶどう、かき、きのこなどおいしい食べ物がたくさん出まわります。秋を感じる食べ物を見つけてみましょう。

とち介ランチお楽しみに！

10月17日は栃木市産豚肉のビビンバとかわいいとち介のいちごゼリー、10月20日は栃木市産豚肉のスタミナ焼きと栃木市産黒大豆枝豆と蔵の街ヨーグルトが登場します。栃木市のおいしい地場産物を使った、ふるさとの方々の思いがつまった献立です。他にも、あと４回ありますので、お楽しみに。

地場産物のよさを知ろう



自分たちが住んでいる地域でとれる食べ物を地場産物といいます。地場産物は生産している人が近くにいるので「顔が見える」「話ができる」などのよい点があります。また、どうしてこの地域でつくられるようになったのかを考えることにより、地域の自然や歴史を知ることにもつながります。

栃木市じまんの特産品

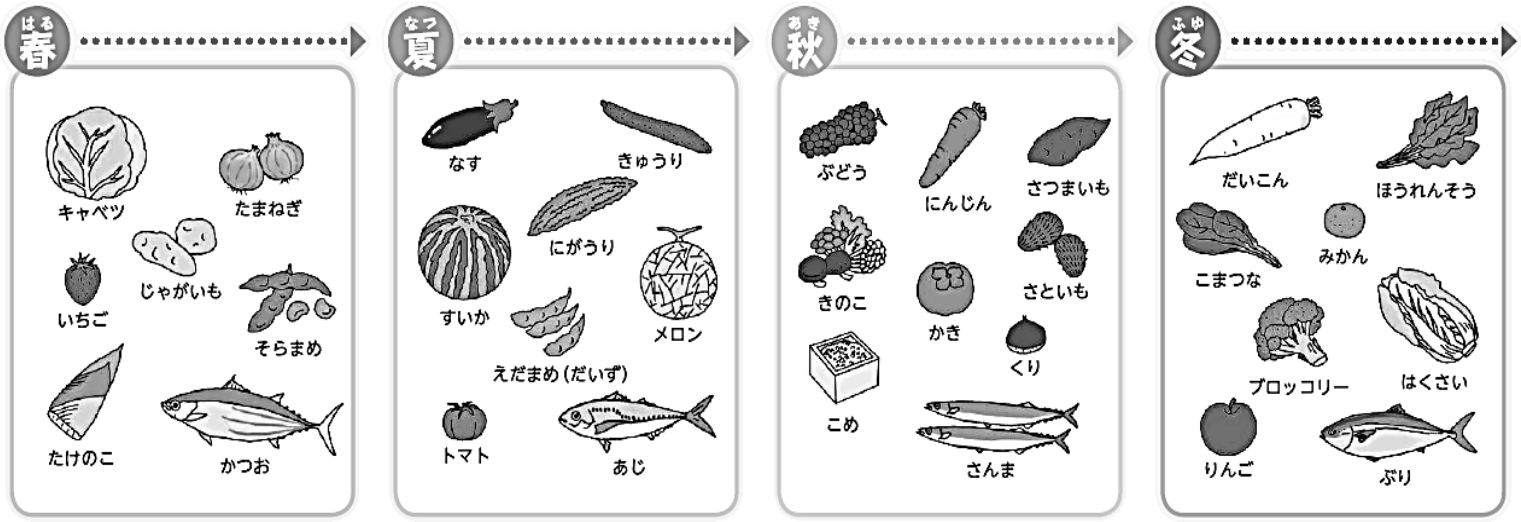
・ぶどう　・いちご　・大平かぼちゃ　・さつまいも　・黒大豆　・宮ねぎ　・ひめきゅうり
・トマト　・にら　・なす　・二条大麦（ビールの材料）　・小麦　・米　・牛肉　・豚肉

学校給食でも、年間を通してや季節にあわせて、米、もやし、ひめきゅうり、にら、トマト、豚肉、なす、大平かぼちゃ、黒大豆枝豆、さつまいも、宮ねぎ、牛肉、黒大豆、ねぎ、しいたけ、大根、白菜、いちご、地場産物を加工したみそ、米粉パン、麦納豆を使用しています。また、市産がそろわない時には、できる限り県産、国産を使うようにしています。

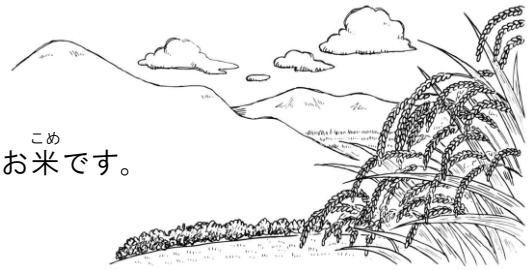
いちごジャムを作っている様子

旬の食べ物をさがしてみよう

今は一年中、食べたいものを手に入れることができるようになりました。しかし、食べ物には、それぞれの地域でよくそだち、たくさんとれるきせつがあります。それぞれの食べ物が一番よくとれて、おいしくなった時期を「旬」といいます。



給食のお米がもうすぐ新米になります



給食のお米は栃木市産のコシヒカリを使用しています。
春に種をまいて秋に収穫するまで、農家の方が手間をかけてきたお米です。
お米一粒一粒には農家の方の愛情がこめられています。

世界には、飢えている人もいれば、食べ物をむだにしている人もいます。日本は、たくさんの食べ物を外国から輸入している一方で、食べ残しや、賞味期限切れ、商品にならない規格外のものなどを捨てています。世界中の人々が食べられるようにするには、何ができるでしょう。

＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊

給食のメニュー　「ぶた肉とさつまいものかりんあげ」

○材料○（５人分）

- ぶた肉　200ｇ →拍子木切り
- 下味
  - しょうが　少し→すりおろす
  - しょうゆ　小さじ２
- でんぷん　適量
- さつまいも　120ｇ →拍子木切り
- あげ油　適量
- たれ
  - しょうゆ　大さじ１
  - さとう　大さじ１と１/2
  - 水　大さじ１
  - いりごま　5ｇ

○作り方○

① ぶた肉に下味をつけ、でんぷんをまぶす
② ①とさつまいもをあげる
③ たれを煮立たせ②を入れてからめる

地元でとれたさつまいもが出回る時期にぴったりの料理です。

たれは、ころもがすうので、とろみがついていなくても大丈夫です。