

もつと地場産物を食べよう!



プレミアムななえデー

令和2年度 No.11



住んでいる場所の近くでとれる食物を地場産物といいます

11月10日(火)は、「プレミアムななえデー」です! 地元の味をたっぷり味わおう!

コリンキーとツナのサラダ



給食で使う“七飯産の食材”

は、七飯町の予算で購入されます。

●コリンキーは、生で食べられるカボチャの一種です。皮は鮮やかなレモン色でやわらかいので皮ごと食べることができます。同じカボチャの仲間のズッキーニにも似ています。今回は、七飯町のNK2ファームさんの紹介で初めて給食に取り入れました。さわやかな黄色のサラダを味わって食べてください。

「ビーツ」のひみつ

ボルシチに入っている真っ赤な野菜「ビーツ」。人参とは違う強烈な赤に驚く人も多い野菜です。火のように赤いことから「火焰菜」という和名があります。「食べる輸血」と言われるくらい栄養が豊富です。赤かぶのように見えますが、ほうれん草と同じアカザ科の野菜で、砂糖の原料、甜菜(サトウダイコン)の仲間です。整腸作用、便秘解消、貧血予防などの効果があります。寒くなるこれからの季節におすすめの野菜です。



焼きりんご



●七飯産の「ひめかみ」が出回る季節限定メニュー。酸味の強いひめかみは、焼くとアップルパイのフィリング(中のりんご)のようにおいしいです。バターかおの香りとともに味わってください。

山川ぎゅうにゅう



●ホルスタイン種牛とジャージー牛のブレンド乳で、濃厚な味が特徴です。

ボルシチ

●ロシアの代表的な家庭料理「ボルシチ」。一番の特徴は、ビーツで染まった赤いスープです。牛肉とたっぷりの野菜を煮込んで作ります。ビーツの甘みの素になっている栄養分は、エネルギーになりやすく、体温を保つ効果があります。寒さの厳しいロシアならではの料理です。仕上げに、少し酸味のあるサワークリームを加えます。

ソフトフランスパン

R2前期「学校評価アンケート」結果から『食育活動の充実』の項目で、児童、保護者、そして教職員からも高い評価をいただきました。保護者の方から、「給食が美味しいのが本当に幸せだと感謝している」「家でも食事作りをよく手伝ってくれるようになった」等のコメントをいただき、とてもうれしく思っています。美味しく、楽しく、食育の教材となる給食の提供に向け、更なる充実を図っていきたく考えています。ぜひご期待ください!