

給食だより



11月



11月は千産千消月間です！

「千産千消」とは、千葉県でとれた農林水産物を千葉県で消費しようという取り組みです。千葉県は全国でも有数の農林水産王国です。豊かな自然と温暖な気候に恵まれた千葉県には、おいしい食材がいっぱいあります。びわや落花生、いわしなどが有名ですが、その他にも生産量が全国10位以内に入るものがたくさんあります。

今月はそんな千葉県の恵みを食べて知ってもらおうと、県内の小中学校で「千産千消デー」が実施されます。千産千消デーには千葉県産の食材を多く使って給食を作ります。我孫子中は11月16日に千産千消デーを実施します。

千葉県農水産物全国ランキング

千葉県で生産される農水産物のうち、全国で1位～3位に入る食材を紹介します



1位

さつまいも、日本なし、大根、落花生、えだまめ、かぶ、さやいんげん、春菊、菜花
かたくちいわし、このしろ、すすき類、伊勢えび



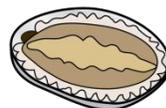
2位

ねぎ、にんじん、すいか、ほうれん草、さといも、みつば、びわ、ししとう、そら豆
さといも、パセリ、とうもろこし、卵、まいわし



3位

キャベツ、やまのいも、しょうが、
生乳、あわび類



千産千消デーのメニュー紹介

我孫子中の千産千消デーは11月16日です

《小松菜ともやしのにり和え》

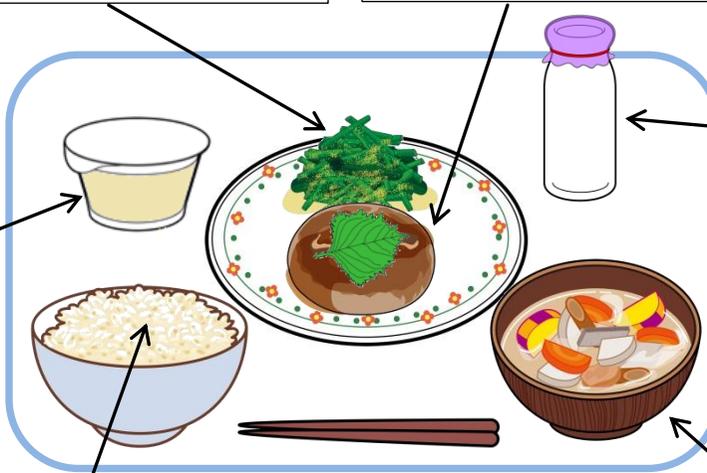
千葉県「のにり」作りは江戸時代の終わりごろからはじまりました。小松菜、もやしも千葉県産を使う予定です。

《いわしのさんが焼き》

銚子港で水揚げされる「いわし」や「あじ」を使ったさんが焼きは千葉県の代表的な郷土料理の一つです。

《お米のムース》

千葉県産のお米を使ったデザートです。



《牛乳》

千葉県は日本酪農発祥の地です。生乳の生産量は全国3位です。

《ご飯》

我孫子市でとれた新米コシヒカリです！給食では1年を通して我孫子産のお米を使っています。

※我孫子産米は生産者ごとにゲルマニウム半導体検出器で放射性物質の検査をし、不検出を確認しています。

《さつまい》

生産量日本一のさつまいもを使った、具たくさん汁ものです。

さつまいもは、我孫子市内の農家の方が育てた紅あずまを使う予定です。

いわしのさんが焼きを作ってみよう！

千産千消デーのメニューから、「いわしのさんが焼き」の作り方を紹介します。給食のさんが焼きは、子どもにも食べやすいように鶏ひき肉を入れてアレンジしてあります。しそのかわりにのりを使ってもおいしくできます。

《材料》4人分

- いわしすり身 200g
- 鶏ひき肉 100g
- おろししょうが 小さじ1
- 人参 中1/5本
- 長ねぎ 小1本
- 卵 1/2個
- 赤みそ 大さじ1.5
- 小麦粉 大さじ2
- しその葉 4枚
- 油 適宜

《作り方》

- ①人参、長ねぎはみじん切りにする。
- ②いわしすり身、鶏ひき肉、おろししょうが、卵、みそ、小麦粉、①をよく混ぜ合わせる。
- ③小判形にまとめ、しその葉をのせる。
- ④フライパンに油をしき、しその葉の面から中火で焼く。片面が焼けたら裏返し、ふたをして火が通るまで焼く。

