



食育だより



第7号
平成26年10月31日
我孫子市立並木小学校

地産地消を進めよう！

地産地消とは、その地域で生産されたものをその地域に住む人で消費しようという取り組みです。千葉県では「地」の字を千葉県の「千」に置き換えて「千産千消」と呼んでいます。

11月は千産千消月間です。14日の「千産千消デー」には千葉県でとれた産物を特に多く使って給食を作ります。

千葉県の農林水産物ランキング

海に囲まれ温暖な気候の千葉県では多くの農林水産物が生産されています。また、酪農も盛んです。落花生やびわ、いわしなどが有名ですが、その他にも生産量が全国5位以内に入るものがたくさんあります。

生産量ランキング5位以内の千葉県産

出展:平成24年農業産出額、平成24年漁業養殖生産統計年報

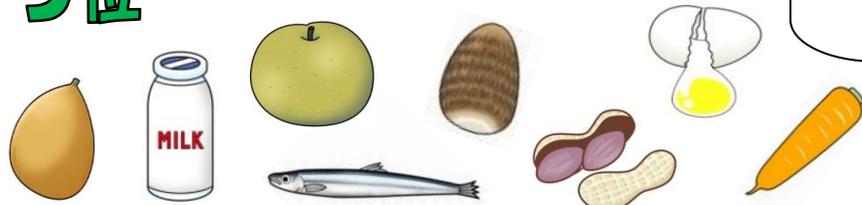
1位 ねぎ、だいこん、ほうれんそう、えだまめ、かぶ、さやいんげん、しゅんぎく、なばな、パセリ、らっかせい、日本なし、かたくちいわし、ぶり、すずき

2位 さつまいも、にんじん、すいか、とうもろこし、ししとう、そらまめ、びわ、鶏卵、いせえび、あわび、このしろ

3位 キャベツ、さといも、みつば、やまのいも、豚、まいわし

4位 トマト、しょうが、みょうが、生乳、さざえ、ひらめ

5位 きゅうり、ごぼう、メロン、こまつな、かぼちゃ、さば



千葉県ではこんなにたくさんの農林水産物が生産されているんだね。

普段買い物に行くお店でも千葉県産を探してみてね！



千産千消デーのメニュー紹介

11月14日(金)

《千葉県産にんじんゼリー》

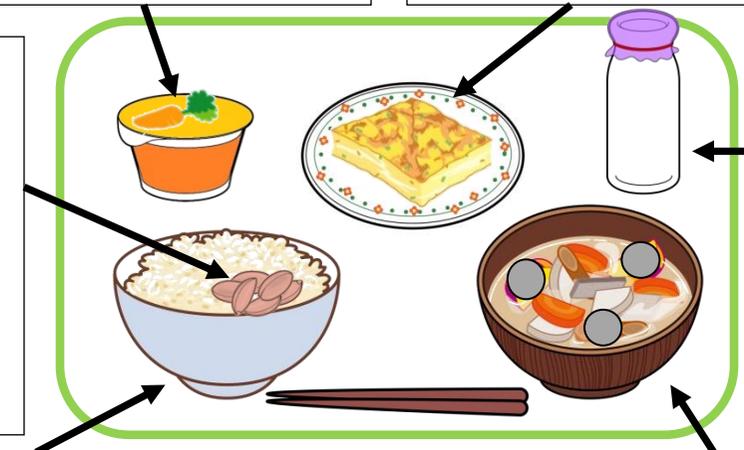
千葉県産のにんじんを使ったゼリーです。ふたには、千葉市のシンボルキャラクター「ちはなちゃん」がプリントされています。

《擬製豆腐》

千葉県産の卵を使って作ります。千葉県は養鶏も盛んで、鶏卵の生産量は全国2位です。

《みそピー》

千葉県といえば落花生！というくらい有名な千葉県産落花生を使い、給食室でみそピーを手作りします。



《牛乳》

千葉県は酪農も盛んです。給食の牛乳はおもに千葉県産の生乳を使っています。



《ご飯》

給食のお米は1年を通じて我孫子市でとれた「コシヒカリ」を使っています。この秋に収穫された新米です！



《つみれ汁》

つみれ汁は千葉県の郷土料理です。銚子港で水揚げされたいわしを使い、給食室で手作りします。小松菜と大根は我孫子産のものを使う予定です。



給食新メニューコンテスト
市長賞受賞！

厚揚げとトマトの卵とし

6年生の堀内育磨さんが考えた作品です！

※給食で作りやすいように少しアレンジしてあります

作り方

- ①トマトはへたを取り、湯むきし2cm角切りにする。
- ②玉ねぎは半月薄切りにする。
- ③油でにんにくを炒め、香りを出す。
- ④豚肉を加えて炒める。
- ⑤たまねぎを加えて炒める。
- ⑥がらスープ、しょうゆ、みりん、酒、砂糖、厚揚げを加えて煮る。
- ⑦トマトと3cmに切ったいんげんを加えてひと煮する。
- ⑧卵を溶き入れ、ふたをして火を通す。

材料(4人分)

豚肉	150g
トマト	1個
玉ねぎ	1個
厚揚げ	1枚
さやいんげん	4本
にんにく(みじん)	小さじ1.5
油	小さじ2
酒	大さじ1
卵	2個
しょうゆ	大さじ2
砂糖	大さじ1
みりん	小さじ1
がらスープ(水でもOK)	120cc

