



さわやかで、過ごしやすい気候になってきました。秋は、「実りの秋」と言われるように、旬のおいしい食べものがたくさんとれます。旬の食べものを味わいながら、栄養バランスのとれた食事を心がけ、元気にすごしましょう。

じもと しょくざい し
10月の給食目標 **地元の食材を知ろう!**



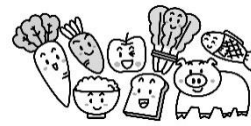
自分たちが住んでいる地域でとれる食べもの(産物)を、その地域で食べる(消費)することを地産地消といいます。地産地消には、作る人(生産する)や食べる人(消費する)それぞれにとってメリットがあります。

作る人



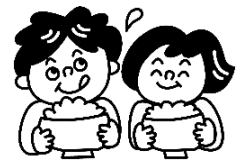
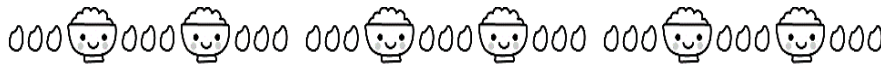
◇ 地域の農業や産業を活性化できる。

食べる人



◇ 旬のものや新鮮なものが食べられる。
◇ 生産者がわかりやすく、安心感がある。

しんまい
<新米>



給食では、菰野町産の「こしひかり」を使用しています。町内の認定農家さんに、給食用にのうやくや化学肥料を減らしてとくべつにつくっていただいている安全・安心なお米です。

10月中旬ごろからは今年収穫された新米を使用します。新米はつやがあり、モチモチとした食感です。また、月1回、竹成米を使用しています。竹成米は、明治初めに菰野町の松岡直衛門さんという人が発見し栽培が始まりました。近年、菰野町で新しく品種改良されたお米です。



菰野町では、大豆の栽培が盛んです。菰野町でとれた大豆を給食用に加工してもらっています。

がつ きゅうしょく どうじょう こものちょうさん みえけんさん た
<10月の給食に登場する菰野町産や三重県産の食べもの>



ぎゅうにゅう



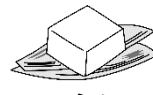
こまつな



こめ(こめこ)



だいず



とうふ



あぶらあげ



かいそう



めかぶ、のり、ひじき、あおさ



まこもたけ



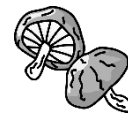
たまご



たけのこ



ぶたにく



ほしいたけ



みかん



ヨーグルト



10月の「みえ地物一番給食の日」は、13日(木)と14日(金)です。