

地場産物を活用した食育の取り組み（多気町）

学校給食に使用する地場産物について、子どもたちに興味関心を持ってもらうために、
 掲示資料を作成し、各学校へ配布している。給食を通して、子どもたちと生産者さんとの
 つながりをつくっていきたいと考えている。また、地場産物の良さに気づくことや、旬を
 味わう気持ちを持つことなどへの効果を期待したい。

★多気の給食☆ たべものだよ

たけのこ

3月から5月にかけて、多気町は「たけのこ」がたくさん採れます。
 漢字で「筍」と書くように、筍が一番おいしく食べられます。
 給食では、1年を通じて多気町のたけのこを使っています。



竹筍は、1 m 間隔ぐらいで竹が育つように整備すると、おいしいたけのこがとれるそうです。




たけのこは一旬(10日)で成長しきってしまう(1日1 m のびることもある)ことから、すくすく大きく成長するようにと、お祝いの料理によく使われます。

たけのこほりに使う道具



★たけのこ〇×クイズにチャレンジ!!★

①竹は花をつける ↓ 〇 何十年に1回つける	②たけのこを掘って 1日おいてからゆでる ↓ × すぐにゆでるとえぐみが少ない	③先が曲がっている方側 から掘る ↓ 〇 先は藪竹の方を向いている
------------------------------	--	--

★多気の給食☆ たべものだよ

じゃがいも

今年も、ベジタブル会さんがそだててくださった『じゃがいも』が給食センターへときました。細長い「メークイン」という品種のじゃがいもです。他には丸くてホクホクした食感の「だんしゃく」という品種もありますね。メークインは煮崩れしにくいので、煮込みんだり、炒めたりする料理に向いています。給食では、「フライドポテト」と「ポトフ」に使います。



ベジタブル会のみなさんです。じゃがいもの収穫をされていました。



たくさんたべてね!

じゃがいもの栄養は?

でんぷんが多いので、熱や力のもとになります。ビタミンC やビタミン B1 やカリウムも多く疲労回復・ストレス解消に役立ちます。





食べているのは、じゃがいもの塊ではなく、茎の部分です。