

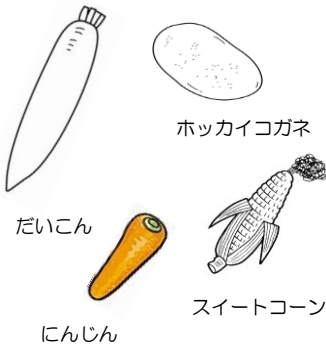
# めむろまるごと給食

めむろ せいさん やさい にく た きゅうしよく  
芽室で生産された 野菜や肉を みんなで食べよう！

平成27年度 第3回目  
7月17日(金)

## めむろさんざいりょう 芽室産材料

《どさんこじる》



にんじん

だいこん

ホッカイコガネ

スイートコーン

## きょうの給食

むぎ い  
麦入りごはん

ぎゅう にゅう  
牛乳

どさんこ汁

ぶた にく  
豚肉しょうが焼き

キャベツとかぶのサラダ



イエス！クリーンの  
マークをみつけてね。

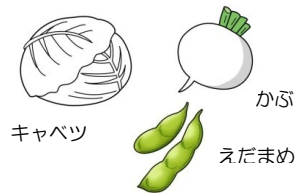
のうやく かがく ひりょう  
農薬や化学肥料をできるだけ使わ

ないで芽室町で作られたキャベツ

の箱にYes!Clean(イエスクリーン)

マークがついています。

《キャベツとかぶのサラダ》



キャベツ

かぶ

えだまめ

\* どさんこ(道産子)じるとは、北海道産の食材をいっぱい使ったしるもののことを言います。



## めむろ産材料の紹介

### キャベツ

めむろちよう  
芽室町では11戸の農家が生産しています。4月2日に  
最初の種まきをしました。収穫まで85~120日かか  
ります。7月に入って収穫がはじまりこれから10月中ごろ  
まで続きます。

今年は雨が少ないので、キャベツは少し小さめです。  
雨がもう少しふると大きなキャベツになります。

※給食では10月まで芽室産のキャベツを使います。

### えいよう

ビタミンCとビタミンUが  
多いです。

ビタミンCは風邪を予防  
します。

ビタミンUは胃や腸を  
守ります。キャベツから  
見つけたのでキャベジン  
とよばれています。

### 一口メモ

### キャベツのなかま

ケールから作られたなかまです。



### ケール

野生の植物から作られた  
栄養豊富な野菜で、青汁  
の材料です。



### ブロッコリー

ケールの次に野菜として  
作られキャベツより早く利用  
されました。  
花のつぼみを食べます。



### カリフラワー

ブロッコリーの突然変異  
から生まれました。白いも  
のが多いですが、オレンジ  
やムラサキもあります。



### キャベツ

ケールは背が高く葉  
が巻かない植物なので  
人間が工夫して、葉が  
巻くキャベツにしました。