

めむろまるごと給食

めむろせいさん やさいにくた
芽室で生産された 野菜や肉を みんなで食べよう！

きゅうしょく

令和4年
6月10日(金)
じっし
実施！

令和4年度 2回目

芽室産食材の紹介

～6月10日(金)の献立～

■ハヤシライス



ぎゅうにく



ブロッコリー

■牛乳

栄養士からのひとこと
メモ

ハヤシライスが久しぶりに給食で登場します！旬のブロッコリーをたっぷりと使ったハヤシライスです。サラダには旬のアスパラガスが入っています。アスパラガスの甘みを感じてください！！

■アスパラとコーンのクリーミーサラダ



アスパラガス コーン

めむろのアスパラガス

芽室町にはアスパラガスを生産している農家が34戸あります。

アスパラガスは朝と夜の寒暖差により甘みが増す野菜です。寒暖差が激しい芽室町のアスパラガスはとても甘く、やわらかいのが特徴です。

アスパラガスにはアスパラギン酸という栄養素が多く含まれています。このアスパラギン酸には体の疲れをとってくれたり、体力をつけてくれる働きがあります。

生産者さんからのメッセージ



今年は強風の影響で曲がってしまったり変形してしまったアスパラガスが多いですが、味は変わらずおいしく育ちました。アスパラガスは栄養満点で体に良いのでぜひたくさん食べてください！

アスパラガスの生産者 瘦師さん

