

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！

令和5年
2月3日(金)
実施！

令和4年度 8回目

2月3日の献立と芽室産 食材

むぎ い
麦入りごはん

ぎゅうにゅう
牛乳

けんちん汁

ぶたにく たつ た あ
豚肉の竜田揚げ

ひじきのごまネーズあえ



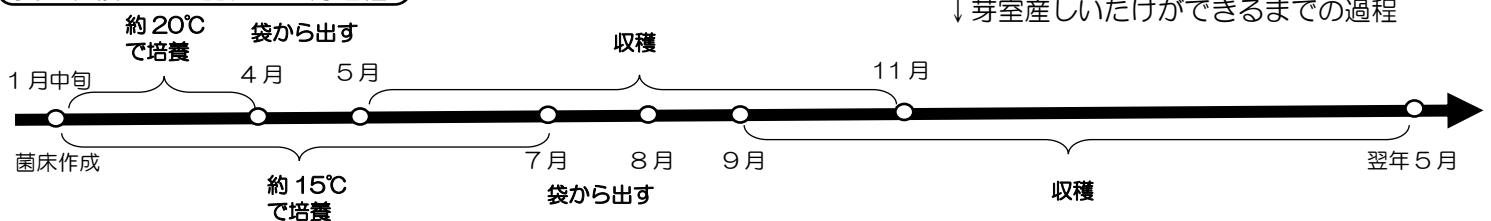
●ひじきのごまネーズあえ●
は新メニューです。しょう
ゆと砂糖で煮たひじきと
キャベツ、にんじん、ささ
みを卵不使用マヨネーズ
で和えました。

めむろさん
芽室産

しいたけ

芽室産のしいたけは 1月中旬 旬に菌床（オガ粉のブロック）を工場で作成し、各自のハウスに運び、棚に並べます。その後決められた温度で培養し、袋から出して収穫します。栽培方法は2種類あり、1年中 収穫できるようになっています。

夏に収穫される品種の生育過程



冬に収穫される品種の生育過程

他の産地で生産しているしいたけは短い時期に収穫をしていますが、芽室では上の図のように 1年中 収穫できる方法で栽培を行っています。また、肉厚でおいしさがたくさんつまった味をしています。

めむろさん
芽室産
しいたけの
とくちょう
特長！

きのこの豆知識

きのこを漢字では「木の子」と書きます。木の根や落ち葉が多く積もったところに生えることから、「木の子ども」という意味で木の子と言われるようになりました。しいたけは椎の木に生えることから名前がつけました。

しいたけを食べるとカルシウムが体にたくさん吸収されるため骨が丈夫になります。また、免疫力を高める効果が期待されているため、かぜにかかりにくくなります。さらに、食物繊維がたくさん含まれているので、おなかの調子もよくなる効果が期待されるなどいいことがたくさんあります。しいたけを食べるみなさんの元気な姿を思い浮かべながら、私達も一生懸命に作っていきます。

しいたけ生産者の竜谷健二さん