

# 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  
6月9日(金)  
実施！

令和5年度 2回目

## めむろさんしょくざい しょうかい 芽室産食材の紹介

がつ にち きん こんだて  
～6月9日(金)の献立～

### ■ハヤシライス



ぎゅうにく



ブロッコリー

### ■牛乳

ぎゅうにゅう

### ■ルバーブのゼリーあえ



ルバーブ

## ★こんだてのポイント★

ハヤシライスにはかくし味にりんごとセロリを使用しています。また、ルバーブのゼリーあえではルバーブのジャムを給食センターで手作りし、豆乳ゼリーとあえて提供します。



しょくもつ  
食物せんい

カリウム

## ルバーブってどんな野菜？

フキのような見た目をしていますが、ルバーブはそばと同じタデ科の植物です。加熱すると短時間で溶けてしまうため、おもにジャムやおかし作りなどに使われています。ルバーブの軸の部分には食物せんいやカリウムが多く含まれていて、おなかの調子を整えたり、余分な水分を排出してくれる働きがあります。葉には毒性があるため食べることはできません。日本では北海道や長野県など涼しい地域で栽培されています。

## せいさんしゃ 生産者さんからのメッセージ

今から30年前にアメリカのルバーブの生産者から苗をもらい、ここ芽室町で生産を始めました。おいしいルバーブを作るため時間をかけて研究をしました。私が作るルバーブは鮮やかな赤い見た目と強い酸味があるのが特徴です。たくさんのおいしさを味わってほしいルバーブを食べてもらえたらと思います。今が旬のルバーブをぜひ味わってください。

ルバーブの生産者 嶋崎 さん