

# めむろまるごと給食 きゅうしょく

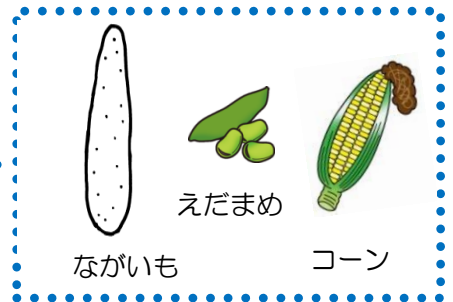
めむろ せいさん 芽室で生産された やさい 野菜や肉を にく みんなで た 食べよう！

平成27年度 第8回目  
2月5日（金）

## 芽室産材料



むぎ い **麦入りごはん**  
ぎゅう にゅう **牛乳**  
たま しいたけ **玉ねぎと椎茸のみそ汁**  
わふう こんさい **和風根菜ハンバーグ**  
(※ハンバーグはみそあじがついています。)  
なが **長いものサラダ**



## めむろ産材料の紹介

### たまねぎ

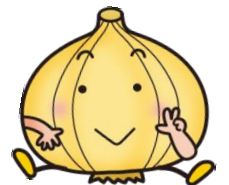
めむろちょう やく ねんまえ 芽室町では約40年前から、たまねぎ作りが始められ、今は14戸の農家が生産しています。3月に種をまき、ハウスの中で苗を育てて、5月にはその苗を畑へ植えます。8月から収穫が始まり10月まで行います。昨年は、春から夏にかけて雨が少なかった（干ばつ）のでやや小さな玉でした。日本全国に売られますが、中でも関東が多いです。

※ 給食では、9月から3月まで芽室産たまねぎを使用します。

きるとなみだがでるのは りゅうか 硫化アリルというたまねぎの成分が、目の せいぶん 粘膜を刺激して涙の原因になります。

### まめちしき

食べているのは葉の部分です。葉の部分が、大きくなるとともに重なり合いながら厚くなりたまねぎの丸い形になります。



### ヤーコン

めむろちょう こ のうか つく 芽室町では1戸の農家を作っています。

見た目は、さつまいもに似ていますが、皮をむくとみずみずしい半透明の美が現れます。生でも食べることができ、梨のようなシャキシャキした食感です。ほんのりとした甘さは、砂糖の仲間のフラクトオリゴ糖でおなかの調子をよくしたり、便秘をなおします。

