

# 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28年度 第3回目  
7月22日(金)

めむろさんざいりょう  
芽室産材料

《かぶとだいこんのみそしる》



だいこん



ながねぎ



かぶ



にんじん

《ぶたにくしょうがやき》



ぶたにく

むぎい  
麦入りごはん

ぎゅうにゅう  
牛乳

だいこんしる  
かぶと大根のみそ汁

ぶたにくや  
豚肉しょうが焼き

キャベツのみそマヨサラダ



イエス!クリーンの  
マークが  
ついています。

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。

《キャベツのみそマヨサラダ》



キャベツ



スイートコーン



チーズ

\* 学校給食では、アレルギー食に対応するためマヨネーズの代わりにエッグケア(卵不使用~半固形状ドレッシング)を使用しています。



## めむろ産材料の紹介 さんざいりょう しょうかい

### キャベツ

芽室町では10戸の農家が生産しています。4月1日に最初の種まきをしました。7月15日頃から収穫が始まり10月初めまで続きます。今年は、雨の日が多く育ち方が遅れています。主に、北海道内では帯広や札幌の市場に、道外では東京などの関東地方に売られています。

芽室のキャベツは甘みが多く、他の産地に比べ柔らかいです。

※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

おもに体の調子を整えるビタミンCが多く、外側の葉にはカロテンも含まれています。

またカリウムや食物せんい、胃腸をしょうぶにするビタミンU(キャベジン)が含まれます。

### 一口×モ

### キャベツのなまえはどこから?

英語のCabbage(キャベジ)からです。もとはラテン語で「頭」という意味です。日本には江戸時代の末に入ってきて「玉菜」「甘藍」などとよばれました。入ってきたときは野菜としてではなく今の葉ボタンのような鑑賞用だったといわれています。その後日本に合うように改良され、今ではなくてはならない野菜です。

### クイズ

### キャベツの葉は1玉に何枚くらい?

① 20枚

② 50枚

③ 90枚



② 50枚

正解