

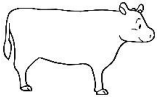
めむろまるごと給食

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！

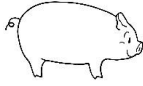
平成29年度 第4回目
9月8日（金）小・中学校

めむろさんざいりょう
芽室産材料

【ドライカレー】



ぎゅうにく



SPFぶたにく



たまねぎ



さやいんげん



にんじん



だいず

9月8日の献立

ドライカレー

ぎゅうにゅう
牛乳

き ほ だいこん
切り干し大根の
コールスローサラダ

き ほ だいこん 【切り干し大根の コールスローサラダ】



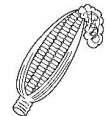
きりほしだいこん



キャベツ



にんじん



コーン

ドライカレーとは、①みじん切りの野菜とひき肉を炒めてカレー粉で味をつけた汁気のない具を、ごはんにかけて食べるものと、②ごはんをカレー粉で味付けした炒めごはんの2種類があります。
今回は①の具をごはんにかけて食べるものを提供します。

だいこん 大根

めむろちやう こ のうか せいさん
芽室町では32戸の農家さんが生産しています。

しゅうかくきぎやう がつ にち はじ がつ お つづ よてい ことし てんき よ
収穫作業は6月20日から始まり、10月終わりのころまで続く予定です。今年は天気が良く、
1本1本が太くて大変おいしい大根になりました。

しゅうかく だいこん おびひろ とお きゅうしゅう しゅうか おお ひと た
収穫された大根は帯広や遠くは九州まで出荷され、多くの人に食べられています。

しかし、しゅうかく だいこん なま だいこん しゅうか
収穫されたものすべてが生の大根として出荷されるわけではありません。出荷できる
おお 大きさをでないものはJAめむろで き ほ だいこん かこう すがた か しゅうか
姿を変えて切り干し大根に加工し、姿を変えて出荷されています。

き ほ だいこん 切り干し大根とは？

だいこん きさ かんそう ほぞんしよく
大根を刻んで乾燥させた保存食です。

だいこん ほん 大根1本からできる切り干し大根の量は？

だいこん ほん やく 1kg から やく 40g の き ほ だいこん が でき ます。

(まよう きやうしよく だいこん しやうがくせい ひとり あたり 1/8 ほん、ちやうがくせい ひとり あたり 1/6 ほんつが けいさん になり ます)

き ほ だいこん なま だいこん えいよう ちが 切り干し大根と生の大根の栄養の違いは？

かんそう することで、カルシウムや鉄、食物繊維などの栄養素やおいしさがグッと
ふ 増えます。



すがた か き ほ だいこん おお ほっかいどう ない ほんしゅう ならけん た
姿を変えた切り干し大根は、多くを北海道内、本州では奈良県で食べられています。