

めむろまるごと給食 きゅうしよく

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

平成30年度 第3回目
7月13日（金）小・中学校

めむろさんざいりよう
芽室産材料

【プルコギどん】



ぎゅうにく



たまねぎ



しいたけ

※ プルコギとは

「朝鮮半島風すき焼き」ともよばれる韓国の代表的な肉料理の一つ。甘辛い味がポイント。

7月13日の献立 こん だて

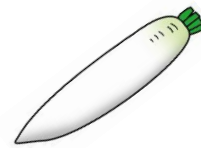
プルコギどん

ぎゅう にゅう
牛 乳

わかめスープ

しお
塩キャベツ

【わかめスープ】



だいこん



ながねぎ

【しおきゃべつ】



キャベツ



コーン

ぎゅう にく 牛肉

○芽室町で肉牛をそだてている農家

→ 14戸

○芽室町でかわれている肉牛の数

→ 約18,000頭

○1頭の牛からとれる肉の量

→ 生まれたときは約30kg位ですが20カ月～27カ月育てて、800kgまで成長させ出荷すると、480kg位の肉（骨付き）になります。

じ ひょう 耳 標



日本国内で生まれた牛は10桁の番号が書かれた耳標がつけられます。この耳標で、①生まれた日 ②オス・メスの別 ③母牛の番号 ④どこの都道府県で育てられたかなどがわかります。肉になって消費されるまで管理されます。

《 牛肉の部位と栄養 》

たんぱく質・鉄分・亜鉛が豊富

体（筋肉や皮膚など）を作るたんぱく質、貧血を防ぐ鉄分、骨の成長を助ける亜鉛が豊富に含まれます。

