

地場産給食だより



令和7年度
第 2 号
(7・8月号)

学校の“地場産給食の日”は、 月 日()です

大崎市では、地場産の食材を子供たちにも味わってもらうため「地場産給食の日」を季節ごとに実施しています。

この日は、子供たちから給食の様子を聞き、話題にさせていただくと共に、ぜひご家庭でもおいしい大崎産食材を味わっていただければと思います。



大崎市公式キャラクター
パタ崎さん

夏の地場産給食の日は「ふるさと夏野菜カレー」です



夏に旬を迎えるのが“夏野菜”。たっぷりと太陽の光を浴びた野菜たちには栄養がつまっています。夏野菜には、暑い時期に必要なビタミン、ミネラル、水分が多いので、熱中症予防にも貢献してくれます。また、旬の野菜はうまみが濃く、美味しさが違います。ぜひ味わってくださいね。

夏 野 菜 ク イ ズ

野菜の特徴をヒントに“夏野菜”の名前を答えよう♪ こたえは下に。

問題 1

野菜には珍しいむらさき色。大崎市では「古川〇〇」が有名。

問題 2

お店で見るのは赤いものが多い。ミニ〇〇〇もある。

問題 3

さやに入っている。茹でて食べたり、ずんだにしたりする。

・ ・ カレーの日は、噛み応えのある、塩分低めの副菜がおすすめ ・ ・

材 料

(小学生1人分量で紹介)

- ・乾燥わかめ 0.5g
- ・小松菜 20g
- ・にんじん 10g
- ・もやし 30g
- *ごま油 0.7g
- *しょうゆ 2.5g
- *三温糖 0.6g
- *酢 1.8g
- ・白ごま 0.5g

わかめのごま和え

作り方

- ① わかめは水で戻してから、水気を切っておく。
- ② 小松菜は食べやすい長さ、人参はせん切りにする。
- ③ 野菜をさっと茹でて、小松菜は水にさらしてから絞る。にんじん、もやしはそのままザルにとる。
- ④ 野菜は粗熱が取れたら、冷蔵庫で冷やす。
- ⑤ * の調味料を合わせ、弱火で煮溶かす。粗熱が取れたら冷蔵庫で冷やす。
- ⑥ 全ての材料を合わせる。

ポイント

- ・野菜は茹ですぎず、歯ごたえを残しましょう。
- ・白ごまを乾煎りして使うと、より香ばしい一品になります。



「食の宝庫」である大崎市を支えているのは、農家や生産者のみなさんです。給食も、たくさんの方々のおかげで食べることができます。周りの方々への感謝の気持ちをもち、おいしくいただきます。



* 発行元 *
大崎市教育委員会
教育総務課

クイズのこたえ : 1 ナス , 2 トマト , 3 えだまめ 分かったかな?