

大竹市学校給食だより

ひろしま しょくざい あじ 「広島食材」を味わおう！

大竹市の給食では、「広島や大竹の食材」、「広島県の郷土料理」、そして、広島ならではの給食メニュー「ひろしま給食」を積極的に取り入れています。給食を通して、地産地消や食文化を学んでいきましょう。

下の地図にあるように、広島県でとれる食材はたくさんあります。その中から、今月の給食に登場する食材をいくつか紹介します。

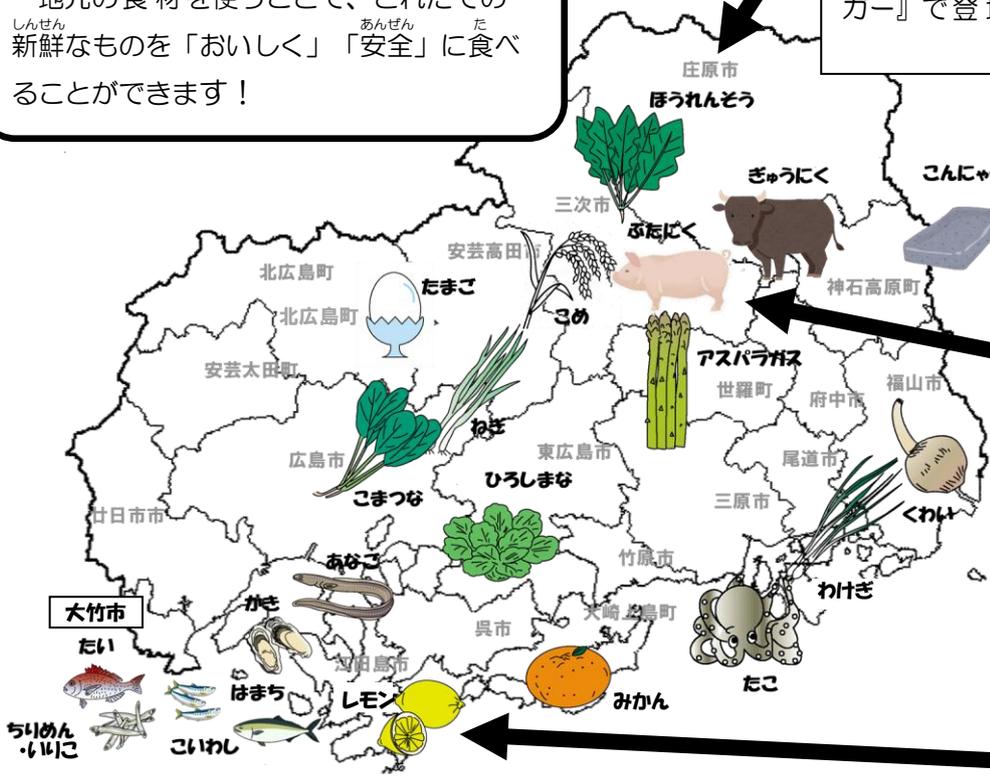
「その土地や地域で取れた食材を地元で消費する」ことを地産地消といいます。地元の食材を使うことで、とれたての新鮮なものを「おいしく」「安全」に食べることができます！

わに
備北地域では鮫のことを「わに」といい、「わに料理」が郷土料理として食べられてきました。25日に『わにバーガー』で登場します。



豚肉
庄原市や芸北地方など、県内各地で飼育されています。19日の『噛みってGoGo炒め』に使用します。

レモン
広島県は、レモンの生産量が日本一で、全国の約60%を占めています。今月から大竹産のレモンが登場します。



ちりめん・かえりいりこ・煮干し
広島県は瀬戸内海に面しており、漁業や養殖業も盛んです。広島県でいちばん多く獲れる魚は「かたくちいわし」で、大きさの違いで、ちりめん・かえりいりこ・煮干しに加工されます。ちりめんは17日、31日のサラダ、かえりいりこは16日の『ひろしまいい子いりこ』、煮干しは汁物の「だし」として給食に登場します。

チャレンジレシピ

— 給食メニューを作ってみよう！ —

キムチチャーハン

(材料) 4人分

ごはん	4人分	塩	小さじ1/3
豚ミンチ	130g	しょうゆ	小さじ1・1/2
にんにく	1かけ	ごま油	小さじ2
にんじん	70g	ねぎ	少々
玉ねぎ	40g	白ごま	少々
キムチ	70g		

- 《作り方》
- ① にんにくはみじん切り、にんじんはせん切り、玉ねぎは粗みじん切り、ねぎは小口切りにする。
 - ② キムチは、ざく切りにする。
 - ③ ごま油を敷いて、にんにく、豚ミンチを炒める。
 - ④ ③に、にんじん、玉ねぎを加えて炒め、キムチを入れて炒める。
 - ⑤ ④に調味料を入れ、ごはんを加えて炒める。
 - ⑥ ⑤にねぎ、ごまを入れる。

給食では、教室で子どもたちがごはんを混ぜています。

