



11月 給食だより



富山市立水橋西部小学校

秋が深まり、木々の紅葉が美しい季節となりました。

さて、11月は「富山県食育推進月間」です。学校給食では、子どもたちが郷土への関心を深め、地産地消について考える機会となるよう、富山県の郷土料理や地場産の食材を使った献立を取り入れた「学校給食とやまの日」を実施します。ご家庭でもぜひ、富山の食材を味わってみてください。

富山を味わおう！「学校給食とやまの日」



➤ ごはん ➤ 牛乳

➤ やച്ചারা

高岡市や砺波市で食べられている富山の郷土料理です。給食では、富山県産のかぶと小松菜を酢や昆布で和え、さっぱりとした味わいにしました。

➤ 野菜かきあげうどん

野菜かきあげの中には、富山県産の「さつまいも」が入っています。また、うどんの具材として、富山県産の「豚肉」、富山の特産品「赤巻きかまぼこ」が入っています。

➤ コッペパン ➤ 牛乳 ➤ 白菜サラダ ➤ とやま野菜のカレースープ

➤ 魚の白ねぎソースかけ

米粉をまぶして揚げた「しいら」に、富山県産の「白ねぎ」を使って作ったソースをかけました。

➤ ラ・フランスヨーグルト

立山町で育った「ラ・フランス」の果汁が使われています。11月～12月頃に旬を迎えます。



「学校給食とやまの日」 に使う地場産品



米(富富富)



キャベツ



かぶ



小松菜



白ねぎ



れんこん



にんじん



さつまいも



豚肉



しいら



ラフランス



ヨーグルト



牛乳

～今月の献立紹介～

とやま野菜のカレースープ

【材料(4人分)】

- ・たまねぎ 1/2個
- ・にんじん 1/6本
- ・れんこん 小1節
- ・キャベツ 3枚
- ・ベーコン 1枚
- ・水 600ml
- ・コンソメスープの素 小さじ2
- ・カレー粉 適量
- ・塩 少々
- ・こしょう 少々

【作り方】

- ① たまねぎは薄切り、にんじん、れんこん、キャベツは大きさを揃えて切る。ベーコンは1cm幅に切る。
- ② 鍋に水を入れて①を煮る。
- ③ 火が通ったら、Aを入れてさらに煮る。
- ④ 塩、こしょうで味をととのえて完成。

とやまの野菜を使って作ってください！



ちさんちしょう

地産地消について知ろう！



地産地消とは、「地域で生産したものを、地域で消費する」取組のことです。地場産食材を使うことで、下記のようなメリットがあります。ご家庭でも、地場産食材を積極的に選んでみましょう。

～地場産食材はいいことたくさん～



新鮮

採れたてのおいしい食材が手に入る。

安心・安全

生産者、消費者の顔が見え信頼できる。

環境

輸送にかかるコストや燃料が減り地球環境に優しい。

活性化

地域の経済発展や、食文化の伝承につながる。

