

“**みらい** (未来) につなげ、みんなで食べる**千葉市産**”

きょうの給食のねらい

10月 市民の日特別メニュー



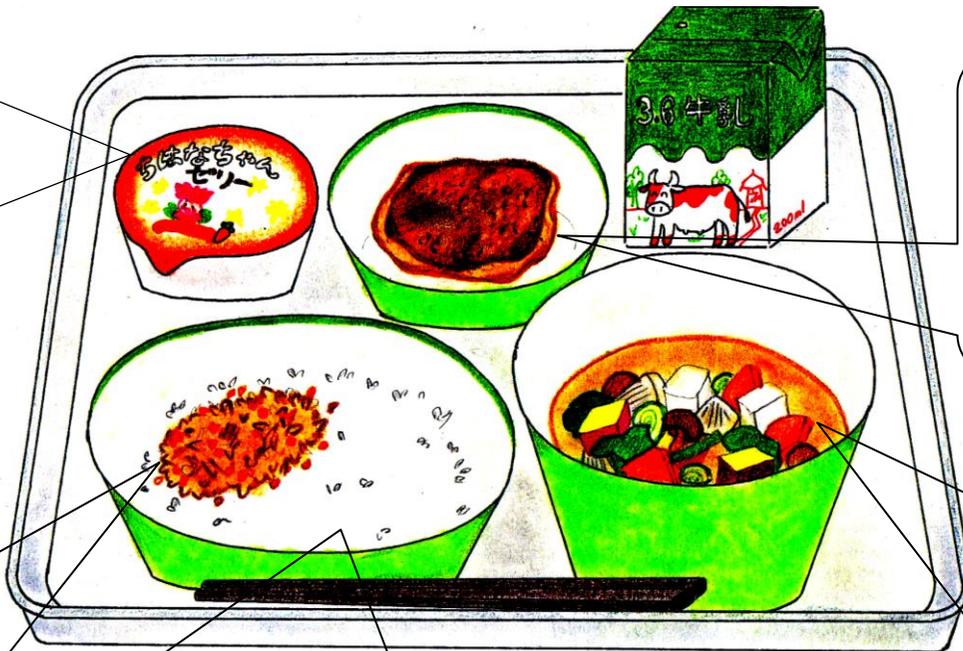
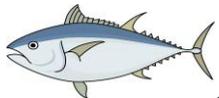
千葉市でとれる食材を自然の恵みに感謝して味わって食べる。

- ごはん ●ツナそばろ ●牛乳 ●鶏肉の香り焼き ●さつまいもと小松菜のみそ汁 ●ちはなちゃんゼリー

千葉県でとれた春どりにんじんを使ったゼリーです。特に「幕張にんじん」は100年を超える歴史があり、全国的にも有名な千葉市の特産物です



ツナは、まぐろを油漬けや水煮にしたものことです。お寿司でも大人気のまぐろには、成長に欠かせない良質のたんぱく質や、EPAという血液をサラサラにする脂質が豊富に含まれています。



私たちの住んでいる千葉市には水田地帯があり、主に若葉区・緑区・花見川区でコシヒカリという品種を作っています。コシヒカリは日本で最も多く作られている銘柄で、粘りやつや、香りが良いことが特徴です。今月から12月にかけて、収穫されたばかりの新米が給食に登場しています。



千葉県内では、養鶏が盛んに行われています。今日は、ねぎやパセリ、にんにく、しょうがといった香り豊かな食材に漬けこんで焼きました。



千葉市で多く栽培されているさつまいも、ながねぎ、だいこん、にんじん、こまつなと、秋が旬のきのこの仲間のしめじなどを入れた臭だくさんのみそ汁です。食物繊維が豊富なさつまいもやきのこ、体の調子を調えるビタミンたっぷりの野菜をしっかりと食べられるみそ汁です。

