

“<sup>みらい</sup>未来につなげ、<sup>た</sup>みんなで食べる<sup>ちばしさん</sup>千葉市産”

# 10月 市民の日特別メニュー



きょうしよく  
きょうの給食のねらい

ちばし ないさん しんまい  
千葉市内産の新米コシヒカリと、ちば  
けんない しゅん しょくざい あじ  
県内でとれた旬の食材を味わう。

- ごはん ●牛乳 ●さんまの蒲焼き ●いものこ汁 ●磯香和え ●ちはなちゃんゼリー



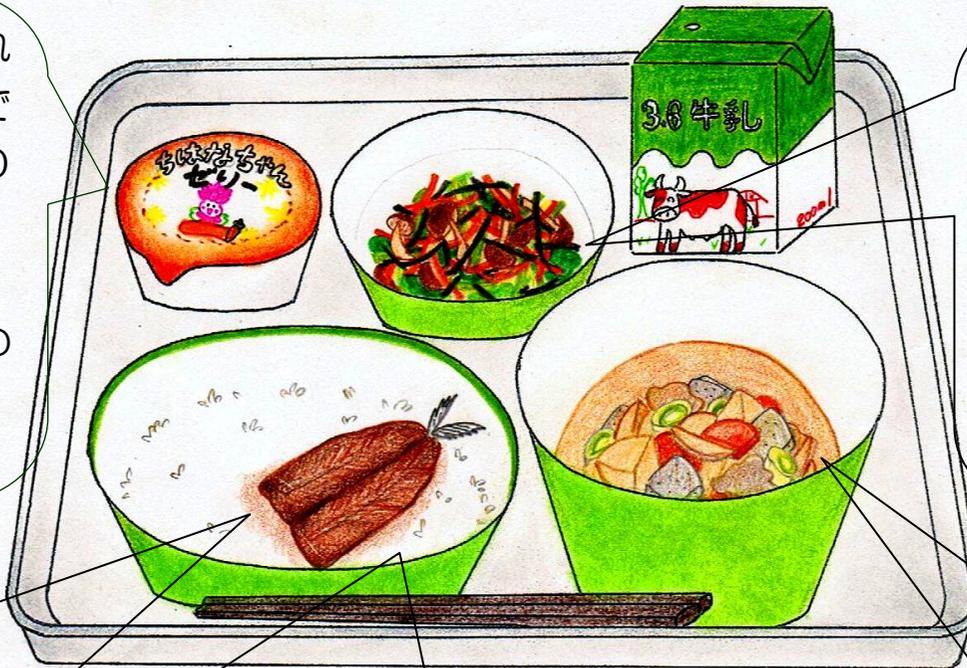
ちばし まくはり ちく しゅつへん  
千葉市幕張地区周辺でとれた  
たにんじんを使ったゼリーで  
す。「幕張にんじん」は100  
年を超える歴史があり、  
全国的にも有名です。

にんじんは緑黄色野菜の  
仲間、カロテンをたくさん  
含んでいます。



さんま あき し  
秋刀魚は、「秋」の字がつくよ  
うに、秋に旬をむかえる魚で  
す。夏の終わりごろから、北の海  
から南下して、9月ごろから12  
月の始めごろまで、銚子沖でた  
くさん水揚げされます。

今回はカラッと揚げて甘辛い  
タレをからめました。ご飯がす  
すむ味付けです。



ちばし おも わか はく みどりく はなみかわく  
千葉市では、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、粘  
り・つや・香りがよい米で、日本で最も多く作られて  
います。

今月から12月にかけて、今年収穫された  
ばかりの新米が給食に登場しています。



とうきょうわん めん うちぼう ちいき むかし  
東京湾に面した内房地域は昔  
から、品質が良く、香りがよい海苔  
の生産が盛んです。千葉県は、  
生産量、消費量ともに全国でトッ  
プクラスです。今日は刻んだ海苔を  
たくさん使った、海の香り豊かな和  
え物にしました。

ちばけん かつ  
千葉県では、9月ごろから  
1月ごろにかけて、おいしい里  
芋がたくさん収穫されます。

今日は旬の里芋に切干大根  
やにんじん、ごぼう、ねぎなど  
の根菜(土の中で育つ野菜)を  
たくさん使い、栄養満点のみそ  
汁にして味わいます。

