

“**みらい (未来) につなげ、みんなで食べる千葉県産**”

千葉県でとれる野菜を知ろう

7月 すいか

ウリ科 果菜 (果実) を食べる野菜

アミノ酸 (シトルリン)
カリウムを多く含む
【WATERMELON】



今日の給食のテーマ

地場農産物を給食に取り入れ、地元農業に目を向けるとともに、食にかかわる人々への感謝の気持ちと理解を深め、食を大切にする気持ちを育てる。

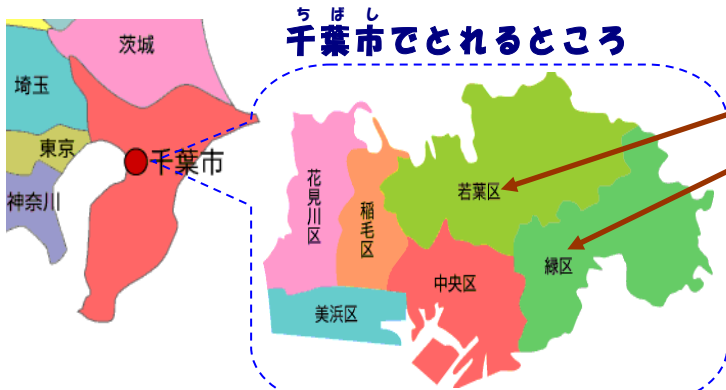


加曾利貞 PR 大使がそりーぬ

すいかは北海道から九州、沖縄まで全国各地で作られています。千葉県は、全国第2位の生産量を誇るすいかの生産地です。

「すいか」は、漢字で「西」の「瓜」と書きます。英語で「ウォーターメロン」というように、成分の90%以上が水分で、10%近くが糖分です。

すいかには、利尿作用があるカリウムやシトルリンが含まれていて、むくみを改善し、尿と一緒に余分な塩分を排出します。また、水分がとても多く、糖分やミネラルも含まれているので、熱中症の予防に効果があります。



若葉区大広町・小間子町、緑区平山町を中心に作られています。

栽培面積は 30ha (動物公園 ほぼ1個分)、収穫量は 1170 トン (ソウ約600頭分) です。

すいかの種類

すいかは今からおよそ 400年前に、日本に伝わりました。日本で、本格的に栽培がはじまったのは、明治時代にアメリカの品種が入ってきてからです。

現在、日本で一般的に栽培されているのは、大玉すいかや小玉すいかです。大きさの違いはありますが、どちらもしまも様の皮で果肉が赤いすいかです。千葉県では、大玉すいかが多く作られています。

日本全国では黄色、種なし、ジャンボや皮の黒いものなど、いろいろなすいかが栽培されています。



大玉すいか



種なしすいか



黄肉すいか



小玉すいか

