

“^{みらい}未来”につなげ、^たみんなで^{ちばしさん}食べる千葉市産

きゅうしょく
給食のテーマ

ちばし
千葉市でとれたにんじんを^{あじ}味わい、バランス
の^{よい}食^{しょくじ}事^しについて知る。

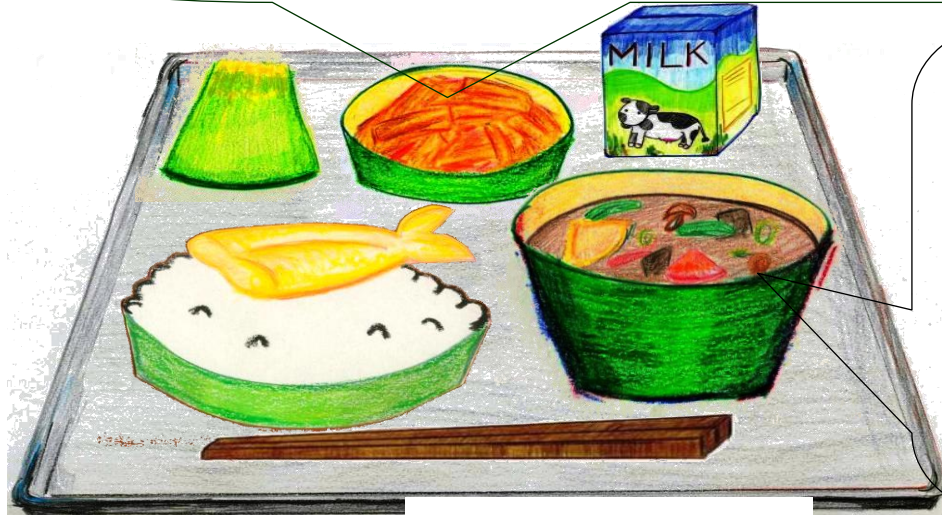
食育の日特別メニュー



にんじんの花

- ^{むぎ}麦ごはん ● ^{ぎゅうにゅう}牛乳 ● ^いわしの^ほみりん^{てん}干し天ぷら ● ^{ごじ}呉汁 ● ^{にんじん}と^{じゃがいも}の^{きんぴら} ● ^{メロン}

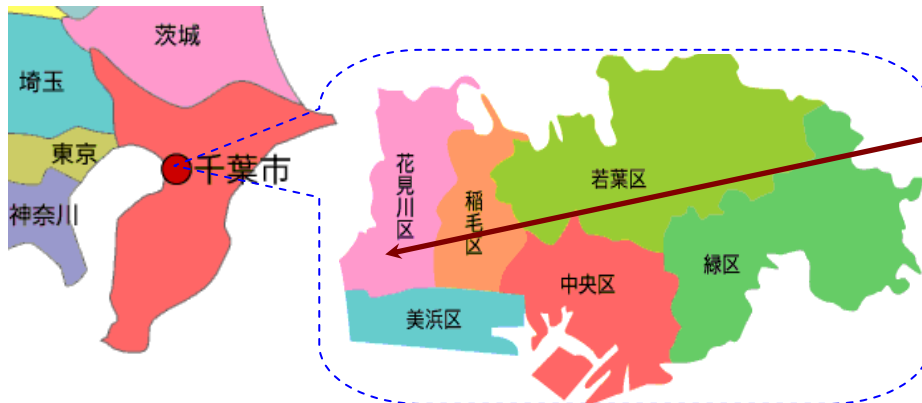
にんじんは、^{ふく}カロテンをたくさん^{りよくおうしょく}含んでいる^{やさい}緑黄色野菜の^{おうさま}王様です。^{えいご}英語でにんじんのことを^{こげん}キャロットといいますが、^{はるなつ}春夏にんじんをたくさん^{つか}使って^{きんぴら}きんぴらにしました。



^{ごじ}呉汁は^{ぐんまけん}群馬県の^{きょうどりょうり}郷土料理です。
大豆をすりおろしたものを「^ご呉」といい、それを^{やさい}野菜^{しる}たっぷりの汁の中に入れて^{ごじ}ものが呉汁です。
昔は、肉や魚を毎日^{むかし}食べる習慣がなかった^いので、大豆は^{たいす}貴重な^{きちよう}たんぱく^{げん}源でした。

^{まいとし}毎年^{がつ}6月は
「^{しょくいくげっかん}食育月間」
^{まいつき}毎月^{にち}19日は
「^{しょくいく}食育の日」

^{きんねん}近年、^{にほんじん}日本人の^{しょくせい}食生活も大きく^{へんか}変化して、^ふ不規則な^{しょくじ}食事や^{かたよ}偏った^{えいようせつ}栄養摂取、^{けっしょく}欠食などにより^{さまざま}さまざまな^{けんこうもんだい}健康問題も出てきています。このような^{しょく}食にまつわる^{もんだい}問題を^{かいぜん}改善し、^{けんこうぞうしん}健康増進を^{めざ}目指そうと国が毎年6月を「^{しょくいく}食育月間」、毎月19日を「^{しょくいく}食育の日」と^{さだ}決めました。



「^{はるなつ}春夏にんじん」は、^{がつちゅうじゅん}5月中旬から6月にかけて、^{はなみがわく}花見川区の^{たけいちょう}武石町・^{ながさくちょう}長作町・^{あま}天戸町を中心^{ちゆうしん}に、^{しゅうかく}収穫されます。
^{さいばいめんせき}栽培面積は55ha（^{Nカ}動物公園1.6^{どうぶつこうえん}個分）、^{しゅうかくりょう}収穫量は2060t（^{しゅう}ソウ^{やく}約1000頭分）です。