

みらい (未来) につなげ、みんなで食べる千葉市産\*

6月

# 食育の日特別メニュー



今日の給食のねらい

千葉市のにんじんを味わい、干産干消について考える。

- ごはん ●牛乳 ●いわしのカリカリフライごまソースがけ ●にんじんと切干大根のピリ辛炒め ●豆乳味噌汁 ●メロン

## メロン

千葉県産のメロンは、6月から7月が旬の時期です。銚子市や旭市で多く作られています。

## いわしのカリカリフライごまソースがけ

いわしは、千葉県で多く水揚げされる魚です。衣にコーンフレークを加え、カリカリとした食感が楽しめます。ソースにごまを入れ、風味が増すように工夫しました。



イラスト 土気南小 大塚美智代

## にんじんと切干大根のピリ辛炒め

柔らかく甘みのある、千葉市産の春夏にんじんをたっぷり使います。にんじんの甘みと、切干大根のシャキシャキとした歯ごたえを味わってください。ピリ辛で、ごはんが進む味付けです。

## 豆乳味噌汁

豆乳は、体をつくるもとになるたんぱく質や、血液を造るもとになる鉄分が豊富な食品です。豆乳を加えることで、だしやみその風味が味わい深くなり、減塩にもなります。



## 千葉市でとれるところ



「春夏にんじん」は5月中旬から6月にかけて、花見川区の武石町・幕張町・長作町を中心に収穫されます。給食で使われているにんじんは、学校給食用に特別に栽培されたものです。



千葉市の学校給食での地産地消の取り組みについて、紹介しています。