

“みらい（未来）につなげ、みんなで食べる千葉市産”
千葉市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】

すいかは、大玉すいかや小玉すいかがあり、皮は緑色のしま模様で、果肉は赤色や黄色です。どれも日本で一般的に栽培されていますが、私たちの住む千葉市で作られているのは主に大玉で果肉の赤いものです。

他にも、種なしすいかや、皮が黒くしま模様のないものなどがあります。



おおだま
大玉すいか



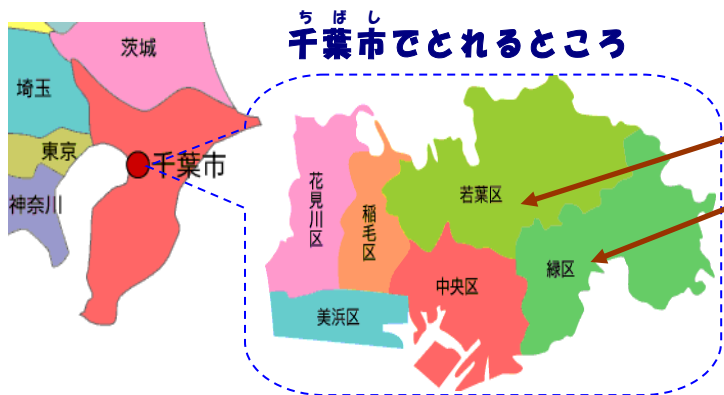
たね
種なしすいか



きにく
黄肉すいか



こだま
小玉すいか



ちばし
千葉市でとれるところ

わかばく おおひろちょう おまごちょう
若葉区大広町・小間子町、
みどりくひらやまちょう ちゅうしん つく
緑区平山町を中心に作られて
います。

今日の給食のねらい

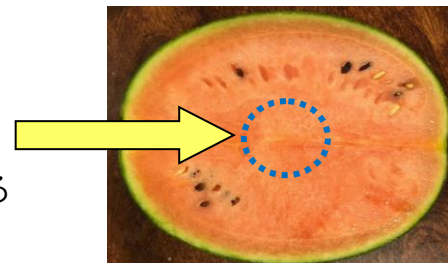
千葉市でとれた旬のすいかを味わう。
加曽利貝塚PR大使かそりーぬ



おいしいすいかの食べ方

【一番甘い部分は？】

すいかの中心部分が
一番甘みがあります。
甘い部分がいきわたる
ように切りましょう。



【食べごろの温度は？】

すいかの食べごろの温度は 15℃くらいです。
冷蔵庫から出してすぐは冷えすぎているので、少
し置いてから食べましょう。

【すいかに塩をかけるのはなぜ？】

塩には、すいかの甘みを強く感じさせる働きが
あります。ただし塩をかけすぎると、塩味ばかり
を感じてしまいますので、控えめにしましょう。

市場に集められたすいか



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。