


“<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



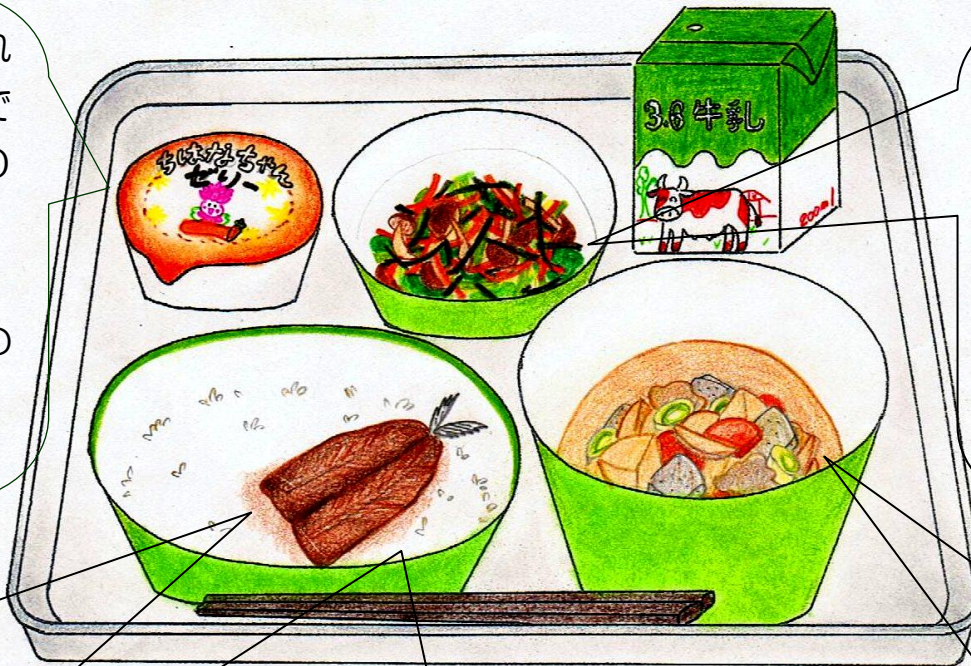
きょうしよく  
きょうの給食のねらい

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 <sup>ぎゅうにゅう</sup>
- さんまの蒲焼き <sup>かばや</sup>
- いものこ汁 <sup>じる</sup>
- 磯香和え <sup>いそか あ</sup>
- 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  
にんじんを使ったゼリーで  
す。「幕張にんじん」は100  
ねん こ れきし  
年を超える歴史があり、  
ぜんこくてき ゆうめい  
全国的にも有名です。

にんじんは <sup>りょくおうしょく</sup> 緑黄色野菜の  
なかま  
仲間、<sup>ふく</sup> カロテンをたくさん含んでいます。



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、  
せいさんりょう しょうひりょう ぜんこく  
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。



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、<sup>ちょうしおき</sup> 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。



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。

