



～学校給食では地域の産物を活用しています～

給食では地域の生産者の方々と連携して、地場産物の活用を進めています。子どもたちに竹原市の旬の地場産物を知ってもらい、生産者の思いを伝え、食べ物を大事にする心や生産にかかわる人々へ感謝する心を育てていきたいと思っています。



竹原食材マップ

**米**【東野・西野・仁賀・田万里・新庄町】 給食のお米は竹原産を使っています。11月ごろから新米になります。

**れんこん**【田万里町】 9月から竹原産を使っています。

**たけのこ**【小吹・吉名・田万里町】 春に収穫されたものを水煮にして年間を通して使っています

**じゃがいも** 【吉名町】 春と秋、年2回収穫されます。煮物やサラダなどいろいろな料理に使われています。

**牛肉**【福田町】 肉じゃがやビーフカレー、ビビンバなどいろいろな料理に使います。

**ぶどう** 【竹原町内】 8月から9月頃が旬です。給食では生で食べたり、キャンベルジュースをソースにしたりして使います。

**小松菜**【高崎町】 ビニールハウスで栽培され、1年を通して給食で使っています。

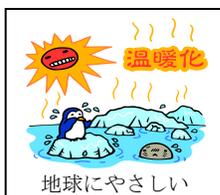
**ねぎ** 【竹原町】 ねぎは1年中栽培されていますが、寒くなるこれからは、どんどん甘みが増しておいしくなります。

☆地産地消ってなに？

地産地消とは、住んでいる地域で生産された食べ物を住んでいる地域で消費することです。

☆なぜ地産地消がいいの？

1. 生産者の顔が見え、旬の時期に安心して新鮮な物が食べられます。(おいしい・栄養価が高い)
2. 地域の食材を使用すると、輸送によるガソリンなどのエネルギーが少なくすみ、環境にやさしくなります。
3. 地域の食材を選んで買うと地域の生産者が元気になれます。



朝ごはんレシピ

献立名 豆乳みそ汁 (4人分)		
品名	分量	作り方
じゃがいも	1個	①じゃがいも・にんじんはいちょう切り、たまねぎはせん切り、ほうれんそうは2cmに切る。
たまねぎ	1/2個	
にんじん	20g	
ほうれんそう	6枚	②煮干しでだしをとり、じゃがいも・たまねぎ・にんじんを入れて煮る。
豆乳	200cc	
煮干し	10g	③豆乳を入れ、沸騰したら、ほうれんそうを入れる。
みそ	大さじ2	
水	400cc	



あたたかいみそ汁はやく体温を上げてくれます。