



～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んでいきたいと思っています。



学校給食は、陰で多くの人たちのおかげで成り立っています。

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4月まで竹原産を使っています。

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。

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。

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。

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。

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。

感謝して
食べようね！！

☆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。



新鮮



地球にやさしい



生産者を元気にする

青森県の郷土料理 けの汁（4人分）

材 料	分量	作り方
凍り豆腐	20g	① 煮干しでだしをとる。
ゆで大豆	25g	② 凍り豆腐は水に戻す。
油揚げ	1/2枚	③ 大豆、ねぎ以外の材料は、7mmのサイコロ状に切る。
ごぼう	40g	ねぎは小口切りにする。
にんじん	40g	④ だし汁に、ごぼう、にんじんを入れて煮る。
板こんにゃく	50g	⑤ ねぎ以外の材料を入れ、煮る。
ねぎ	20g	⑥ みそを解き入れ、ねぎを散らす。
赤みそ	大さじ2	
だし用煮干し	適量	
だし汁	600cc	

けの汁は、津軽地方に古から伝わる郷土料理です。野菜や豆製品がたくさん入るので、たんぱく質、カルシウム、鉄、ビタミン、食物繊維などの栄養素がとれる、ヘルシー料理です。