



＜目標＞ 地産地消について知ろう 末広北小学校

日曜	献立	働く力のもと (黄)	血・肉・骨をつくる (赤)	体の調子を整える (緑)
1 水	ごはん／牛乳	ごはん	牛乳	
	肉じゃが	じゃがいも, しらたき, 植物油, 三温糖, 黒砂糖	豚肉	たまご, 玉ねぎ, にんじん, グリンピース
	厚焼き卵		厚焼き卵	688kcal
2 木	ソフトフランスパン／牛乳	パン	牛乳	
	あさりスープ		ベーコン, あさり	はくさい, キャベツ, しめじ, しいたけ, しょうが
	鶏肉のカシューナッツ炒め	でん粉, 白絞油, カシューナッツ, 三温糖, ごま油, 植物油	鶏肉	しょうが, にんじん, たけのこ, ピーマン, しいたけ
3 金	いちごジャム	いちごジャム		610kcal
	ごはん／牛乳	ごはん	牛乳	
	韓国風みそ汁	こんにゃく, 白玉, ごま油, ごま	ひじき, 茎わかめ, 昆布, 豚肉, みそ	もやし, にんじん, だいこん, なが
6 月	ホッケ塩焼き		ホッケ塩焼き	
	オレンジ			オレンジ 614kcal
	ごはん／牛乳	ごはん	牛乳	
7 火	中華煮	植物油, でん粉	うずら卵, 豚肉, いか, えび	にんじん, チンゲン菜, 玉ねぎ, たけのこ, きくらげ
	鉄腕ギョーザ(2)	鉄腕ギョーザ		
	りんご			りんご 676kcal
8 水	米粉小 Coppapan／牛乳	パン	牛乳	
	焼きそば	焼きそば, 植物油	豚肉	にんじん, 玉ねぎ, キャベツ, たけのこ, きくらげ, グリンピース
	ホキフライ	白絞油	ホキフライ	
9 木	枝豆			枝豆 590kcal
	ごはん／牛乳	ごはん	牛乳	
	肉豆腐	しらたき, 黒砂糖	豆腐, 豚肉	しめじ, いんげん, 水菜
10 金	豆苗の中華和え	ごま油, 三温糖, ごま		豆苗, にんじん, もやし 633kcal
	ミルクパン／牛乳	パン	牛乳	
	半ペンスープ		半ペン, 鶏肉	にんじん, しいたけ, なが
13 月	ジャーマンポテト	じゃがいも, バター, 植物油	ベーコン	たまご, 玉ねぎ, とうもろこし, 枝豆, パセリ, にんにく
	グレープフルーツ			グレープフルーツ 598kcal
	ごはん／牛乳	ごはん	牛乳	
14 火	麦入りわかめご飯	麦ごはん	わかめ, 牛乳	
	根菜のみそ汁	さつまいも	豆腐, みそ	れんこん, ごぼう, なが
	フキとこんにゃくの油炒め	こんにゃく, 三温糖, 植物油	さつま揚げ	フキ 619kcal
14 火	麦飯／牛乳	麦ごはん	牛乳	
	米粉のカレーライス	米粉, じゃがいも, バター	豚肉, 牛乳	にんじん, 玉ねぎ, しょうが, グリンピース
	福神漬			福神漬
14 火	黄桃ミックス			パイン, みかん, 黄桃 681kcal
	食パン／牛乳	パン	牛乳	
	イカ団子のビーフン汁	ビーフン	海鮮ボール	にんじん, たけのこ, きくらげ, チンゲン菜, なが
14 火	ハムカツ	白絞油	ハムカツ	
	温野菜／パックソース			キャベツ 604kcal

地産地消について



地産地消とは、自分の住む地域でとれた農産物を食べるなど、地域でとれたものを地域で消費しようという取組です。

地産地消の良いところ

8月と9月は、「あさひかわ食育推進月間」

おいしいものをおいしく食べよう!! ~食は生きる力~

○新鮮でおいしい

身近でとれたものなので、より新鮮なものが食べられる。

○安全・安心

誰が作ったものかわかるので、より安心できる。

○環境にやさしい

作物を遠くまで運ばずにすむので、エネルギーの節約になる。

○町が元気になる

地元の人たちに作物をたくさん買ってもらえる。



◇「おいしいもの」とは……

「新鮮・安全なもの」、「地場のもの」、「四季折々の旬のもの」、「安全なもの」、「味付けの良いもの」

◇「おいしく」とは……

「家族や仲間と楽しく」、「よく噛んで・味わって」、



地場農産物が豊富に収穫される8月と9月を「あさひかわ食育推進月間」としています。地元の食べものに親しみ、おいしく食べましょう。