



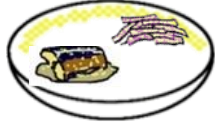
毎月 19日は 食育の日

5月「食育の日 和食献立」の紹介

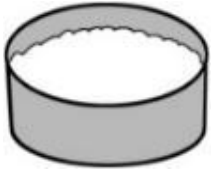
A地区・B地区19日(火)



じゃがいものあかじそいため



さばのごまに



ごはん

しおこうじぶたじる

毎月19日(またはその前後)は、「食育の日 和食献立」として、主食のご飯を中心として、主菜、副菜、汁物を組み合わせた、汁二菜の和食献立を取り入れています。

今日は、暑い時期でも食べやすいように、さっぱりとした赤じそを使用しています。

日本の食文化を大切にしていきましょう。



旬のわかめのお話

わかめの旬は2~5月です。

生わかめは、日持ちしないため、

手に入れることができるのは、旬の

時期に限られます。



収穫したての生わかめ

旬のわかめは、厚みがあり、香りや色、弾力がよ

くツヤがあります。

給食では、小倉北区にある藍島の塩わかめを

使っています。藍島の漁師さんは、冷たい海にもぐ

って、わかめをとり、港で塩わかめに加工します。

すべてを手作業で行い、自分たちの目で見て良

いものだけを出荷しています。



5月の給食に登場する 旬の食材・地場産の食材

旬

旬

じゃがいも、にんじん、たまねぎ、たけのこ、

ごぼう、にら、グリンピース、新茶、かつお

地場産

じゃがいも、こまつな、キャベツ、たけのこ、たまねぎ、わかめ

北九州市の地図



北九州市は、小倉南区や若松区に畑が多く、農産物に恵まれています。学校給食でも、地元のおいしい食材を活用し、地産地消に取り組んでいます。