



『おらほの給食日本一!!』を目指して

## 五 一 中 今日の給食

平成29年8月28日(月)

8月です。給食の目標「食生活の点検をしよう」です

キャベツは清涼感を持たせるために、生のレモンをしぼって味付けしました。

献立

ご飯・みそ汁・豚肉の生姜焼き・塩キャベツ  
・切干大根の含め煮・牛乳

生姜焼きは県産の肩ロースに地元農家によって貰っている甘酒、生姜、醤油に漬け込んだこだわりの逸品です。甘酒効果で柔らかさアップ。ビタミンBやアミノ酸も補給します。



給食では毎月出る、「切り干し大根」大根はたくさん採れるのになぜ切り干し大根は県外産?との思いから地元農家さんとのコラボ商品で給食に登場してから、今年で3年目が過ぎました。

### 豚肉の生姜焼き

- ・豚肩ロース 80g
- ・甘酒 15g 調味料混ぜて漬けておく
- ・生姜 3g
- ・醤油 大さじ1

※2日 3日ぐらいいまで漬けておけます。  
漬け時間が長いほどお肉は柔らかくなります。



熱量 860kcal たんぱく質 35.4g 脂質 26.6mg カルシウム 393g 価格 343.60円

地産地消メニューの特徴

地場率(カロリーベース) 97%

五城目町は県内でもいち早く「食育推進会議」を立ち上げ、町の食育目標「ごはんをじょうずにめしあがれ」を旗印に地産地消にも取り組んできました。平成22年度には町の学校給食への農産物供給を目的とした五城目エコファーマーズを組織し、当初地場産物の使用率はほぼ0であったのが平成25年度には50%を超えるまでになりました。カロリーベースでの自給率は80%を優に越えています。本校の地産地消メニューの特徴は米は全量町内産の「あきたこまち」であることその他、収穫時の野菜の納入の他に基幹的物資を加工している点にあります。通年使用できる、転作かぼちゃの甘煮の缶詰、春田植え前のハウスで作るほうれん草や小松菜は春休みに大量に茹でて冷凍保存して夏休みまでにたっぷり食べます。夏休みには一気に収穫される大量のタマネギを約5分の1程度まで炒めて、カレーやミートボール、ミートソース、ハンバーグ等様々な給食メニューに使用していきます。その他給食で毎月必ず使用する福神漬けや切り干し大根、生姜、トマト、甘酒、等毎年少しずつ加工品を増やしてきました。それは恵まれた給食施設と協力的な教育委員会、無理なことにでも精一杯答えてくれようとするエコファーマーズさんのお陰と言えます。



Vertical line with a blue segment at the top and a brown segment at the bottom.