

1月24日～30日



全国学校給食週間



中学生献立コンクール入賞献立

ごはん・れんこんはさみあげ・大根とオクラの
とろーり和え・地元の食材たっぷり！クリームシチュー！
ブルーベリータルト

れんこん



加賀れんこんは、シャキシャキ食感とモチモチ食感がバランスよく合わさっています。
加賀れんこんの美味しさを感じられるようにれんこんを丸ごと使います。

だいこん



かほく市の大崎だいこんは、砂丘地で栽培されています。色白で揃いが良く、きめ細やかな食感とみずみずしさが特徴です。
給食は、味つけをシンプルにして、食材の味を存分に感じられるようにしました。

小松菜



石川県のシチューにするために、地元の食材を入れました。かほっくり、河北湯の小松菜が入っています。
河北湯の小松菜は、平成8年から本格的に栽培されるようになりました。品種を組み合わせることで年間8回ほど収穫されています。

加賀の献立

わかめチャーハン・めぎすのピリ辛あげびたし
ブロッコリーのカラフルサラダ・たまごスープ



めぎす (にぎす)



「めぎす」は県内での呼び名で、形が「キス」に似ているところからつけられた「ニギス」が一般名です。
加賀の郷土料理に、塩水で煮煎りにするだけの「めぎすの浜炒り」があります。

わかめ



加賀市にある橋立沖では天然の生わかめが採れます。天然の生わかめ特有の磯の香りと、歯ごたえを感じることができます。

ブロッコリー



県内最大の出荷量を誇る加賀のブロッコリーは、5月から出荷が始まる春ブロッコリーと、10月から出荷が始まる秋ブロッコリーがあります。鮮やかな緑色と歯ごたえのある食感が特徴で、ビタミンたっぷりです。

今年の給食週間は、私たちの暮らす津幡町、石川県内各地の地場産物、郷土料理を取り上げました。

この機会に、給食を通して、食べ物のことや郷土のことについて考えてみましょう。



地場産物には、新鮮で栄養価が高く、安心して食べられるという良い点がたくさんあります。苦勞して育ててくれた生産者の方に、感謝の気持ちをもって食べましょう！

津幡町・河北郡市の献立

米粉ミルクロール・豚肉のりんごソースがけ
かほっくりのチーズサラダ
かほくの恵みたっぷりスープ



かほっくり



かほく市の大崎で作られたさつまいもです。「かほっくり」という名前は「かほく」と「ホクホク」した食感から名づけられました。
みかんと同じくらいのビタミンCが含まれていて、免疫力もアップします。

ながいも

シャキシャキした食感と強い粘りが自慢の砂丘長いも。10日～14日間干すことで、余分な水分がなくなり、さらに粘りが増します。皮が黒くみえるのも特徴です。



ごはん・ぶりの照り焼き
火牛いため・小松菜としいたけのごま汁

しいたけ



しいたけは、富山県との県境に近い、津幡町朝日畑地区で一年中栽培されています。最近では、乾燥しいたけの生産にも力を入れているそうです。

能登の献立

ごはん・能登の卵のたまごやき
いかと大根のうま煮・中島菜うどんのみそ汁

たまご



卵は、能登町にある衛生的な養鶏場で、自然の栄養分だけを配合した飼料で育った鶏が生んだ卵です。栄養がバランスよく入った健康卵のたまごやきです。

なかじまな



中島菜は、独特のほろ苦さと辛みがある能登の伝統野菜で、七尾市中島町を中心に育てられています。12月頃～3月頃に収穫されます。
給食は、中島菜がねりこまれたうどんのみそ汁です。

するめいか

イカ釣り漁は県を代表する漁業の一つですが、中でも代表的なのがスルメイカ漁です。漁獲後すぐに氷で冷却し、船上で鮮度を保持しながら一尾一尾丁寧に選別・箱詰されます。陸揚げされたスルメイカは直ちに競りにかけられ鮮度抜群の状態でお届けされます。

