給食センターだより

令和３年５月
大野学校給食センター

大野学校給食センターは「地産地消」を推進しています！

「地産地消」とは「地域生産・地域消費」を略した言葉で，「地域で作られたものを地域で食べる」という意味です。私たちの住む廿日市市では，たくさんのおいしい食べ物が育てられています。大野学校給食センターでは，大野産，廿日市産，広島県産の食材を積極的に取り入れています。

地産地消には，こんないいことがあります！

① **新鮮**　生産地が近いので，とれたての新鮮な食材を買うことができます。

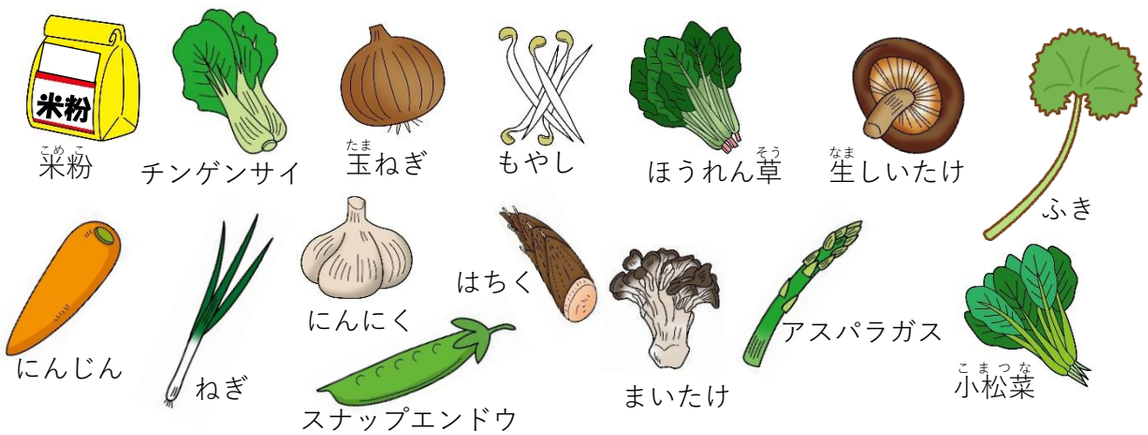
② **環境**　輸送距離が短いので，運ぶための燃料や排気ガスが減り，環境に優しいといえます。また，給食用は専用の容器で運んでいるので，段ボールやビニール袋を使わなくてすみます。

③ **安心**　作る人と食べる人の顔が見えるという関係は，信頼と安心を生み出します。

④ **元気**　地元で作ったものを地元で消費するので，地域経済が活性化します。

⑤ **食育**　地元の食材を知ることで，旬の食材や食文化を知ることができます。給食では，毎日の献立メッセージで，その日の給食に使われる地場産物を紹介しています。

5月の給食に使われている廿日市産の食材を紹介します。



季節を感じる給食

【5月14日の献立】

- 豆ごはん
- 牛乳
- かつおのみそがらめ
- 若竹汁

豆ごはんの**グリンピース**，かつおのみそがらめの**かつお**と**絹さや**，若竹汁の**たけのこ**と**わかめ**など，5月が旬の食材がたっぷり！

★レシピ紹介★

「かつおのみそがらめ」

材料　4人分	
かつお	140g（2 cm角切り）
しょうが	2g（しぼり汁）
しょうゆ	小さじ 1
酒	小さじ 1
でんぷん	適量
揚げ油	適量
こんにゃく	70g（1.5 cm色紙切り）
絹さや	40 g（すじ取り・1/2）
にんじん	50 g（いちょう切り 3 ㎜）
赤みそ	大さじ 1
しょうゆ	小さじ 1/2
さとう	大さじ 1
みりん	小さじ 1/2
水	小さじ 2

【作り方】

① かつおにしょうが汁，しょうゆ，酒で下味をつける。

② ①にでんぷんを付けて油で揚げる。

③ こんにゃく，絹さや，にんじんはそれぞれゆでておく。

④ 調味料と水を煮てタレを作り，揚げたかつおとゆでたこんにゃく，絹さや，にんじんを和える。

春から夏にかけてとれるかつおは「初がつお」とよばれ，みずみずしくさっぱりした味が特徴ですよ。

フェイスブックで日々の調理作業を発信しています！ぜひ，ご覧ください！

https://www.facebook.com/okyusyoku/