

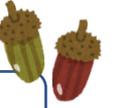
給食だより 9月



R7.9月

みなまたしがっこうきゅうしよく
水俣市学校給食センター

ぶんせき もとひ ひらし
文責 本井 平石



ちさんちしょう
地産地消



みなまたさん しんせんやさい
水俣産の**新鮮野菜**

きゅうしよく どうじょう
給食にたくさん登場しています!

こんげつ しもだ かりした
今月は、下田さんの「かぼちゃ」・森下さんの「きゅうり」
いけだ どうがん あまの ちや ししょう
池田さんの「冬瓜」・天野さんの「お茶」を使用します。
しゅん あじ あじ た
旬の味を味わって食べましょう!!



かぼちゃ



ながさき
長崎
しもだ
下田さん



いしざかがわ
石坂川
あまの
天野さん

なつやさい
夏野菜のキーマカレー
かぼちゃのそぼろ煮



きゅうり

ゆて
湯出
もりした
森下さん



イタリアンサラダ
ポテトサラダ
バンバンジーサラダなど

カラッと揚げた魚の天ぷらに、
炒ったお茶と塩をかけました。



とうがん

とうがん やさい
~冬瓜ってどんな野菜?~

ほうがわち
宝川内
いけだ
池田さん



とうがんは、「冬の瓜」と書くのに、実は夏が旬の
なつやさい
夏野菜です。収穫後、涼しい場所^{ほぞん}で保存すれば冬までもつことからこの名前が
つけられました。95%以上が水分で低カロリー、さっぱりとした味わいが特徴で、
ビタミンCやカリウムなどの栄養素^{えいようそ}を多く含んでいます。みそ汁、スープや煮物^{にもの}な
どいろいろな料理に合います。給食には9月19日(金)に登場します。

