

いがっこ給食センター夢だより 10月

～地産地消 地場産物を食べよう～

地産地消とは、“地域で生産された農林水産物（地場産物）を地域で消費しよう”とする取り組みです。給食では、地域の生産者さんによって生産された地場産物を積極的に取り入れています。



令和5年度 給食食材地場産率（金額ベース）

地場産率 **64%**（伊賀産29%・三重県産35%）

家庭でも今が旬の新鮮でおいしい地域の食材をいただきましょう♪



～新米の季節です～

10月上旬より給食で使用のお米が新米に切り替わります。伊賀米は、おいしいお米として全国でも有名で、令和4年度の食味ランキングでは「特A」を受賞しています。甘み、粘りがある伊賀のおいしいお米を大切に食べてください。



地元食材

給食は伊賀産、三重県産の食材を多く使用しています。

＜伊賀産＞

伊賀米コシヒカリ・牛肉・豚肉（マル）
大豆（煮豆用）・鶏卵・小松菜・チンゲン菜
マコモダケ・生しいたけ・かぼちゃ
さつまいも・しょうが・ほうれんそう
菜の花油

＜三重県産＞

豚肉・鶏肉・牛乳
大豆（揚げ用）豆腐・油揚げ
厚揚げ・たけのこ水煮・ひじきのり・わかめ・小麦粉（あやひかり）

*野菜・果物は生育の都合で産地が変更になる場合があります。ご了承ください。

地場産物を使った給食 いがスマイル給食



① 10月3日(木)

「伊賀牛肉とまこもだけの混ぜご飯」

～まこもだけ～

- ◇イネ科の野菜（田で栽培される）
- ◇草丈1.5～2mになる大形の多年草

天ぷらやソテー、きんぴらにしてもおいしいです。



② 10月24日(木) 「肉豆腐」

～伊賀牛の定義～

- ◇伊賀産肉牛生産振興協議会会員が飼養管理
- ◇黒毛和種の雌の未經産牛
- ◇伊賀地域（最終飼育地）で12か月以上飼育



レシピ紹介

ポークビーンズ

9月20日（金）実施



伊賀産大豆（煮豆用）は一晩水につけた後、釜でやわらかくなるまで水煮し、調理に使用します。大粒で甘みがある大豆です。

＜材料＞

- サラダ油
- にんにく・セロリー
- 豚もも肉・赤ワイン
- にんじん・たまねぎ
- 伊賀産大豆（煮豆用）
- じゃがいも
- トマト水煮
- ケチャップ
- ウスターソース
- 食塩・こしょう

＜作り方＞

- 1 サラダ油でにんにく、セロリーを炒めて香りを出し、豚肉・赤ワインを入れて炒める。
- 2 にんじん、たまねぎを加えてやわらかくなるまで炒める。
- 3 セロリーの葉を煮出したスープを加え、大豆、トマト水煮、じゃがいもを加える。
- 4 柔らかくなったらケチャップ、ウスターソース、塩、こしょうを入れて煮込む。