

# 給食だより

令和8年3月号

佐倉市立下志津小学校

☆うちのひとといっしょによみましょう。

佐倉市の学校給食では地元農家、千葉みらい農協、佐倉市役所農政課などの連携により、地産地消を推進しています。今年度の給食でも多くの地場産物を活用することが出来ました。佐倉市は年間を通して、生産されている農作物が豊富にあります。ご家庭でも地場産物を活用してみませんか。

## 地産地消のよいところって？

### 旬の地場産物は 新鮮で安くて美味しい

食べきれる量を買ひ、  
早めに調理することも  
ポイントです。



### 身近でとれているため 配送距離が短く、環境に優しい

燃料・排気ガスの  
削減に繋がります。



### 生産者と消費者が近くにいるため、 安全性が確認しやすく、 安心して食べられる

スーパー等でも生産者  
の顔や名前がわかる野菜  
が増えています。



### 地域の食文化や歴史、 郷土料理を知ることができる



統一献立だけでなく、城下町  
佐倉・江戸ぐるめ給食、津田仙  
献立なども佐倉を知るための給  
食として実施しています。



### 地域の活性化につながる

消費者は新鮮な食材を安く入手でき、た  
くさん売れることによって生産はさらに  
盛んになります。このような連鎖から消費  
者と生産者、お互いにメリットがあり、地  
域の活性化に繋がります。



大量の食材を使用する学校給食だから  
こそ、地産地消の取り組みを推進するこ  
とで、大きな成果を生み出せると考えて  
います。

大人になって佐倉市の魅力を伝えるひ  
とつのツールとして、給食を思い出して  
くれることを願っています。



# 佐倉市統一献立

子どもたちに佐倉の食文化、産業、農産物について知り、地域への愛着を育ててほしいという思いから、市内全小中学校で佐倉市の地場産物を活用した統一献立を実施しています。多くの方々にこの取り組みについて知っていただき、佐倉市の活性化に繋がりたいと考えています。ご家庭でも給食を話題にいただければ幸いです。

## 100%佐倉市産コシヒカリ

### めしあがれ

佐倉市の給食では毎日、佐倉市産コシヒカリ（愛称：めしあがれ）を使用しています。ふっくらやわらかく、噛めば噛むほどお米の甘みと香りを感じられます。

### からだポカポカ

### 佐倉の味噌汁

佐倉で採れた旬の野菜をたっぷり使った、具たくさんで栄養満点の味噌汁です。佐倉市は「味噌部屋」という地名が残るほど、味噌と深い関わりがあることから、当日使用した味噌も佐倉市産にこだわりました。

## 米粉を使ってカリッと

### 鶏の米粉から揚げ

下志津小は1月27日に実施



子どもたちが大好きなから揚げ。衣に米粉を使うことでカリッと香ばしく仕上がります。ご家庭のから揚げでもぜひお試しください。

## 新鮮野菜たっぷり

### シャキッと和え

寒さに負けず育った冬野菜がもつ野菜本来の甘みと、シャキシャキとした食感が味わえる副菜です。ツナのコクも加わり、野菜がさらにおいしく食べられます。ご飯との相性もバッチリです。

## 佐倉市産コシヒカリ「めしあがれ」成長日記

給食で毎日いただいているおいしい佐倉市産米のことを子どもたちにもっと知ってもらうため、栄養士が田んぼへ足を運び、お米作りについて取材をした「成長日記」です。



5月～8月にかけて、月に3～5回程度同じ場所から田んぼを撮影しました。それをもとに、稲の成長の様子が連続してわかるよう掲示し、米の生育について子どもたちに伝えています。こまめに撮影することで、田んぼに集まる生き物や、貴重な稲の花についても記録できました。

物価高騰対策として、給食で使用している米とパンは、佐倉市の補助で購入してい



～地場産野菜を使ったレシピ～

## 《シャキっと和え》

多めに作り置きして、  
朝食にもおすすめです。

### 材料(目安:4～5人分)

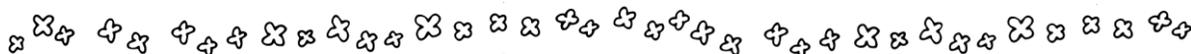
- 切干大根……………1/2袋(12g程度)
- 白菜……………2枚
- 人参……………3cm分
- ツナ缶(油漬)…1缶
- ★醤油……………大さじ1+1/3
- ★砂糖……………大さじ1
- 白ごま……………小さじ2

### 作り方

- ① 野菜を準備する。  
切干大根は水戻し、白菜は短冊切り、人参は千切りにする。
- ② ①の野菜をゆでて水で冷まし、水気をよく絞る。
- ③ 野菜、油をきったツナ、★の調味料、ごまを混ぜ合わせて完成。

★野菜は、ほうれん草やキャベツなど、ご家庭にあるものでお試しください。

★水をよく絞るのがポイントです。味がぼやけずにおいしくできます。



## 佐倉市産の有機米



## を味わいました



今年度は、1月から2月にかけて市内の全小中学校で佐倉市産の有機米を給食に使用しました。有機米は、雑草が生えにくい土づくりをしたり、防虫ネットを使ったりと手間がかかりますが、給食のためにと今年もたくさんのお米を作ってくださいました。

普段のお米との違いを感じようと意識して味わって食べる子どもも多く、同じお米でも味や食感の違いに気づく機会になったようです。



### 〈有機農業における苦労や工夫点〉



←野菜が虫に食べられないように防虫ネットで虫よけしたり、マルチシートで地面を覆ったりして、雑草や害虫からの被害を防止する。



←人の代わりにアイガモが稲間を泳ぎながら害虫や雑草を除去する。雑草が育ちにくくなったり、稲に酸素を与えたりする効果もある。

