

11月給食だより



村田町学校給食センター
令和5年11月 発行

朝夕の冷え込みが厳しい季節になりました。一日を元気にスタートさせるためには朝ごはんが大切です。これからの寒い時期には、野菜たっぷりのみそ汁やスープなど体を温めるものが朝ごはんにおすすめです。

村田町産仙台牛が給食に初登場♪



11月は「すすくみやぎっこ みやぎのふるさと食材月間」です。それに合わせて、村田町で育てられたおいしい仙台牛を使った牛丼が15日(水)の給食に登場しました。今回給食で使用した仙台牛の肥育農家さんにお話を聞いてきました。



大人になると約900キロもの重さにまで成長する牛たち。1日で約10キロのエサを食べるそうです！

稲わら(写真左)や、ふすま・大豆・とうもろこし・玄米などを合わせたエサ(写真右)を、牛の月齢に合わせてあげています。



町内には7件の肥育農家があり、約1150頭の牛が飼育されています。
的場牧場では、約180頭を3人で飼育しています。



足立地区
的場 正彦 さん

大変なことは「何があっても牛の世話をすること」です。エサやり以外にも、堆肥やおがくすの管理、牛舎の掃除などたくさんの仕事があります。

うれしいことは、食べてくれる人が「おいしい!」と言ってくれることです。

「命をいただくことへの感謝の気持ち」を育む機会につながればと思い、今回の牛舎での様子や的場さんのお話などを動画にまとめ、各学校で視聴できるようにしました。



村田町産仙台牛の牛丼 ~11/15(水)給食~



ありがたい気持ちを込めて、

「いただきます！」

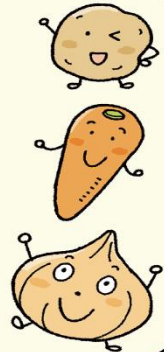
11月の給食目標「よくかんで食べよう！」

一口30回を目安によくかんで食べましょう。よくかむと消化が良いだけでなく、あごの筋肉が動きその周辺の血管などが刺激され脳の血流が増えて脳が活性化します。



地場産品を食べよう！

宮城県では、11月を「すくすくみやぎっこ みやぎのふるさと食材月間」と定めています。村田町でも、町内産の米や野菜をはじめ、県内産の食材を給食に積極的に使っています。地域の食材は、流通距離が短いので新鮮です。また、流通距離が短いと、運搬にかかる費用が減る分、安く買うことができます。環境にやさしいともいえます。今月は米や野菜のほか、仙台牛、納豆、みそ、じゃがいも、さといも、さつまいもなど町内産食材を使用しています。



給食レシピ

ご家庭で作ってみませんか？



「かみかみサラダ」 11/7(火)

< 材 料 ・ 4 人 分 >

- ・だいこん 120g
- ・きゅうり 50g
- ・もやし 50g
- ・さきいか 15g
- ・しょうゆ 小さじ2
- ・穀物酢 小さじ1
- ・さとう 小さじ1
- ・ごま油 小さじ1/2
- ・いりごま 4g

A

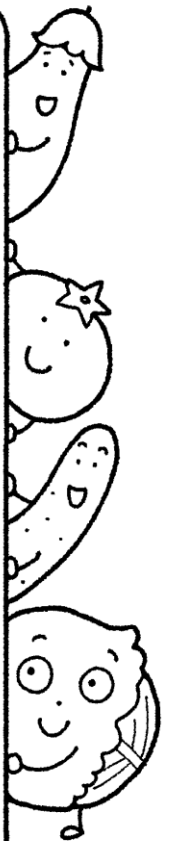
< 作 り 方 >

- ① だいこんときゅうりを千切りにする。
- ② だいこん、きゅうり、もやしを茹でて、水にとり冷まし、水気を絞る。
- ③ さきいかは2~3センチ程度に切る。
- ④ Aの調味料を混ぜ合わせる。
- ⑤ 野菜、さきいか、調味料を混ぜ合わせる。

※給食では、野菜をすべて茹でてから使用しますが、家庭では千切りにして、生のままでもOKです。

給食で人気のサラダです。

11/7(火) 村田第一中学校のリクエスト給食で登場しました！



学校給食用食材の放射能測定結果 (単位：ベクレル/kg)

検査日	食材	産地	セシウム137	セシウム134
10月 4日 (水)	じゃがいも	北海道	不検出 (<2.2)	不検出 (<2.7)
	サケ	日本	不検出 (<3.4)	不検出 (<4.1)

※厚生労働省の基準値は100ベクレルですが、村田町学校給食では基準値の半分である50ベクレルを超えた場合は、その食材を除外することにしています。