

2月の地場産食材 **牛肉**

海士里ちゃん献立は「**ビーフシチュー**」です！



武藤牧場の肉牛

ビーフシチューに使われている牛肉は、宮崎地区にある武藤牧場で飼育されている肉牛（ホルスタイン）です。この牧場では、餌にトウモロコシや草の他にも豆腐屋さんから出てくる豆腐粕（おから）を与えているので、栄養満点です。肉牛は約600kgになるまで飼育されます。ちなみに、牛の耳に付けられた黄色いタグのようなものには、それぞれ番号が付けられていて、牛の名前の役割を果たしています。



牛肉の栄養

牛肉は、たんぱく質、脂質、鉄分がいっぱい入っている栄養満点の食べ物です。たんぱく質は、筋肉や内臓、血液、免疫物質、神経の伝達物質など体の大事な部分を作ってくれます。また、牛肉の鉄分は鶏肉や豚肉の2倍以上あり、貧血や疲労を改善してくれます。成長期の皆さんには欠かせません☆



牛の胃は何個??



胃は、食べたものを消化してくれる大切な器官です。わたしたち人間は、一人につき1つ胃を持っていますが、牛はいくつ胃があるか知っていますか？

なんと、牛は4つも胃があります。しかし、4つの胃のなかで、人間の胃と同じ役割をしているのは第4の胃だけで、第1～3の胃は、一度飲み込んだ食べ物を胃から口に戻して再び噛む『反芻』という役割をしています。牛は、4つの胃と反芻で草を効率よく消化しているのです。第1の胃が一番大きく、容量が約200リットル近くもあり、ちょっとした貯蔵庫といえます。

