

越前町学校給食カレンダー

海土里ちゃん献立



10月23日

【10月の給食目標】 好き、きれいをしないで食べましょう

<p>【献立名】 有機玄米ごはん 牛乳 豆腐の中華スープ コーンしゅうまい マコモダケの五目炒め</p>	<p>【献立について】 今日は海土里ちゃん献立の日です。 今日紹介するのは、シャキシャキとした食感から「秋のたけのこ」とも呼ばれる「マコモダケ」です。旬のみずみずしい味わいやほのかな甘みが特徴のマコモダケは、イネ科の多年草で、高さは2メートルを超えるほどに成長し、茎の根本の肥大した部分を食べます。 マコモダケには、食物繊維やビタミンB1、カルシウム、鉄などが含まれています。今が旬のマコモダケを味わっていただきましょう。</p>
<p>【盛りつけ図】</p>	
<p>【使用地場産物】</p>	<p>米 ゆうきげんまい とうふ にんじん にら マコモダケ ほしいたけ にんにく</p>
<p>【クイズ】 今日は「マコモダケ」についてのクイズです。 マコモダケの葉は食べることができる。 ○か×か。</p>	<p>【解説】 マコモダケの若葉はお茶にしたり、お菓子作りに使われたりします。 今日の「マコモダケの五目炒め」に使われているのは、マコモダケの茎の根本が肥大した部分です。</p> <p style="text-align: right;">【こたえ】 ○</p>

マコモダケ



【生産者】

かさつじ こういち

司辻校一さん