



# 11月給食たより





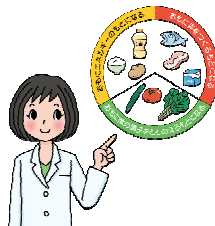


## 感謝の気持ちでいただきます

いただきます



食生活は、自然が育てた作物や生き物の命、そして生産者の方々の努力に支えられています。私たちはそのことを知り、環境を大切にするとともに、地域の産物を消費することで、ふるさととの生産者を応援していきたいですね。

### 考えてみよう！給食には、どんな人たちが関わっているのかな？

 <p>生産する人</p>  <p>農業・漁業・畜産業・製造業</p>	 <p>流通に関わる人</p>  <p>運送・販売業者</p>	 <p>献立を考える人</p>  <p>栄養士</p>	 <p>給食を作る人</p>  <p>調理員</p>	 <p>給食を運び、準備をする人</p>  <p>配送・配膳員</p>
---	---	---	--	---

給食では、青森県や青森市で生産されている食材をたくさん使うようにしています。毎年6月と11月に実施している「ふるさと産品給食の日」は、特に青森の特産物を多く使っています。ふるさとへの恵みと生産者に感謝していただきます。

## 11月15日は...

# ふるさと産品給食の日

### 【ごはん】

青森市で生産されたおいしいお米です。品種は「まっしぐら」。

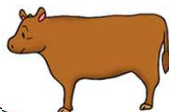


### 地産地消



### 【八甲田牛と県産豚肉のすき焼き煮】

八甲田牛と県産の豚肉を、県産の白菜・ごぼう・にんじん、厚あげ、糸こんにゃくを甘辛く炒め煮にしたものです。



### 【牛乳】

青森県産の新鮮でおいしい牛乳です。弘前市の工場から毎日運ばれてきます。



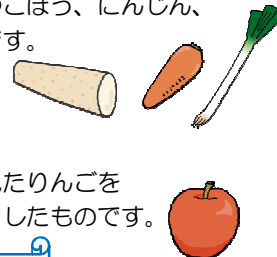
### 【長いもすいとん汁】

青森県産の長いもをねりこんだ、手作りすいとんを汁に入れて煮ます。その他、とり肉やごぼう、にんじん、長ねぎも青森県産です。



### 【カトリんご】

青森県で生産されたりんごを皮付きのままカットしたものです。



知ろう！  
伝えていこう！



## 青森県の郷土料理

### せんべい汁



【主な伝承地域】 南部地方

【由来】

江戸時代後期、飢饉や凶作で、ますしい農民たちは米を食べることができなかつたとき、南部八戸地方では独自の「麦・そば食文化」が発達しました。その中で誕生したのが、半熟焼きの麦せんべいやそばせんべい（てんぼせんべい、もちせんべい）で、現在の「南部せんべい」の始まりといわれています。

南部せんべいは、主食や間食としてそのまま食べるだけでなく、季節の具材を入れた汁物にちぎって入れる食べ方もあります。これが、「せんべい汁」の始まりといわれています。

【主な材料】

おつゆせんべい・鶏もも肉・にんじん・ごぼう・ひらたけ・ねぎなど

【作り方】

だし汁に、ごぼう・にんじんを入れて煮ます。沸騰したら鶏もも肉・ひらたけを入れます。野菜が柔らかくなったら、こいくちしょうゆを入れます。汁が煮立ったら、せんべいを4つにわり入れて2〜3分煮て、最後にねぎを入れます。（地域や家庭によって、使う材料や切り方、味付けがちがいます。）