

今月の 食育目標

夏の栄養について知り、 野菜をしっかりと食べよう！



あつさにまけない なつやさい♪

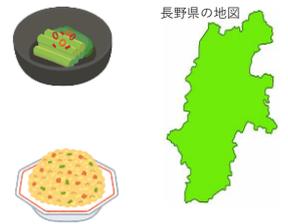
座間市の郷土料理給食に ざまりんマークが付いています。 探してみてください！



Table with columns for Date, Day, Main Dish, Side Dish, Other, Energy, and Protein. It lists daily meal plans from July 1st to 16th, including items like Gohan, Miso Soup, and various vegetables, along with their nutritional values.



令和7年度 献立テーマ 「日本の郷土料理を知ろう」 野沢菜チャーハン 長野県



野沢菜は、長野県の野沢温泉村で、作られてきたことからその名が付いた漬け菜です。今から約270年前、野沢温泉の和尚さんが、京都から、カブの種を持ち帰って育てたら、突然変異で、違う野菜に育ったのが野沢菜の発祥と伝えられています。漬けたものは、そのまま食べる他に、あっさりとした味なので、炒め物・チャーハン・おにぎりの具・納豆の薬味など色々な食べ方ができます。今日はチャーハンの具として入っています。

給食の野菜を作っている農家さんたち



↑ 活動動画

おいしい給食を支えてくれている「JAさがみ」が今年、30周年を迎えます。「JAさがみ」の座間営農経済センターにはたくさんの組合があり、座間市で栽培した農産物を、学校給食やJAさがみ直売所「米ティハウスくりはら、米ティハウスざま」などに出荷しています。"顔の見える生産者"として、子どもたちや小学校栄養士、消費者とも交流しています。今回は、給食のためにたくさんの野菜を作ってくれ、とうもろこしの皮むき授業などでとってもお世話になっている「栗原野菜市組合」のみなさんを紹介します。働いている様子や学校に野菜が届くまでの活動動画が届きましたので、ぜひ見てくださいね♪

【直売所案内】 9:00~17:00 ※水曜定休 ★★私たちは、地産地消を推進しています★★ ○米ティハウスくりはら：JAさがみ栗原支店横（座間市栗原中央1-25-40） ○米ティハウスざま：JAさがみ座間支店すぐ（座間市入谷西2-54-5）