

# 食のたより 6月

令和4年度 6月号

名古屋市立平針北小学校

## 6月のこんだてから

### 【新献立】

- 野菜いため・・・7日（火）

にんじん、たまねぎ、キャベツを中華風に味つけしながら炒めたものです。

- ポテトのアーリオオーリオ・・・22日（水）

イタリア語で「アーリオ」は、にんにく、「オーリオ」は、オリーブオイルのことです。  
じゃがいも、ベーコン、キャベツ、ぶなしめじをにんにくの風味をきかせながらオリーブオイルで炒めたものです。

### 【ふるさと献立～ふるさと名古屋（愛知）の食べ物をしろう～】

- どてどんぶり・・・24日（金） 名古屋の郷土料理である「どて煮」をアレンジしたものをごはんにかけて食べます。
- あんかけスパ風めん・・・29日（水） 名古屋めしの「あんかけスパゲティ」を給食用にアレンジしたものです。

### 【学校の希望に応じた献立～】

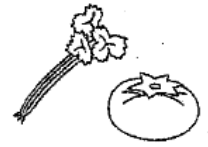
16日（木）… さくらんぼ 2粒

### 【地産地消】「みんなで食べる！なごや産」の日

6月は、「食育月間」です。それに合わせ、13日から17日までのごはんは、港区・中川区産の米「あいちのかおり」を使います。

- 10日（金）米粉パンは、港区・中川区産の米「あいちのかおり」を使ったものです。トマトシチューには、港区産のトマトを使います。
- 14日（火）ごはんは、港区・中川区産の米「あいちのかおり」を使います。ゆばのコンソメスープには、中川区産のみつばを使います。

※ 10日（金）・14日（火）に使うたまねぎは、緑区やその近くでとれたおかえり野菜です。



## \*\*\*\*\* 地産地消について知ろう \*\*\*\*\*

地産地消とは、地元でとれたものを地元で食べることをいいます。

名古屋市の給食では、「みんなで食べる！なごや産」の日に名古屋でとれた食べ物を使います。

献立表には、名古屋でとれた食べ物を使う日に、その食べ物の絵がついています。

### 〈みんなで食べるなごや産の日に登場する食べ物〉



操してみてね!



- #### 〈地産地消の良いところ〉
- 旬の食べ物を新鮮なうちに食べられる。
  - 鮮度が良いため、野菜の栄養価が高い。
  - 運搬にかかるエネルギーが少なくなる。