



名古屋市立西山小学校

6月は食育月間です。今月の給食には、地元名古屋（愛知）でとれた食べ物を
取り入れた料理がたくさん登場します。地域のことを考え、生産に関わる方々に
感謝して、食べ物を大切にする心をもちましょう。



***** 6月のこんだてから *****

☆【新こんだて】

19日(木) ツナとえだまめのソテー

夏に旬を迎えるえだまめを使用したソテーです。



20日(金) 肉みそうどん

夏に旬を迎えるなすを使用したうどんです。



☆ ふるさと献立～ふるさと名古屋（愛知）の食べ物を知ろう～

5日(木) どてどんぶり・・・名古屋の郷土料理であるどて煮をごはんにかけて食べます。

23日(月) 魚フライ（にぎす）・・・三河湾で水揚げされた「にぎす」のフライです。



つく
作ってみましょう！きゅうしょくこんだて
ツナとえだまめのソテー 19日(木) 実施

おうちの方と
いっしょに読
みましょう。

材 料〔中学年児童 4 人分〕	作 り 方
まぐろ油漬・・・40 g	① にんじん、キャベツは細切りにする。
にんじん・・・20 g	② えだまめはゆでる。
キャベツ・・・120 g	③ まぐろの油漬は油をきる。
冷えだまめ・・・20 g	④ 油を熱し、にんじん、キャベツの順に塩、こしょうしながらいためる。
サラダ油・・・適量	⑤ やわらかくなりはじめたら、まぐろ油漬、えだまめを加えいためる。
塩・・・少々	⑥ 砂糖、しょうゆ、酒を入れ、さらにいため、しっかり火を通す。
こしょう・・・少々	
砂糖・・・2 g	
しょうゆ・・・6 g	
酒・・・4 g	

今月のめあて 「地産地消について知ろう」

めあてに沿った献立

ごはん・牛乳・魚フライ・イタリアンスパゲティ・みそ汁

23日(月)

地産地消とは「地域で生産されたものをその地域で消費する(食べる・利用する)」ことで、例えば以下のような良いことがあります。魚フライのにぎすは、私たちの住む愛知県でとれたものです。

生産者が身近に
いるので安心できる

地域経済の活性化
につながる

運ぶ距離が短く済み
新鮮で環境に優しい



愛知県のおもな農産物



愛知県のおもな水産物



【名古屋市内で作られている野菜】

給食では、名古屋市で作られている米と野菜を使った「みんなで食べる! なごや産」の日があり、さまざまな野菜が登場します。

なごや産の野菜シルエットクイズ!

第1問



- ・天白区生まれです
- ・ゼリーの材料になります
- ・こいオレンジ色です

- A 金時にんじん
- B 八事五寸にんじん
- C へきなんにんじん

第2問



- ・中川区で作られています
- ・土がなくても育ちます
- ・やわらかく食べやすいです

- A 水耕ねぎ
- B 水耕みつば
- C 水耕にら

クイズの答え 第1問: B 第2問: A