

# 2月 きゅうしょくだより

昔から「美し国（美しく豊かな国）」と言われる三重県は、自然が豊かで、おいしい食材の宝庫です。  
桑名市をはじめ、三重県内では季節ごとに風土を活かしたさまざまな食材が収穫されています。

## たけのこ



桑名市の山は竹林が多く、えぐみの少ないおいしいたけのこがとれます。

はる  
春

## お茶



三重県で栽培にされたお茶は「伊勢茶」と呼ばれ、静岡県、鹿児島県に次いで第3位の生産量を誇ります。

## しじみ



桑名市の赤須賀地区には伊勢湾の海水と木曽三川の淡水が混じる漁場があり、おいしいしじみがとれます。

なつ  
夏

## なす トマト



津市や四日市市をはじめ、木曽岬町でも多くの農家がなすやトマトを栽培しています。

## こめ



「伊賀米」はコシヒカリのブランド米として有名で、他にもいろいろな種類の米が県内各地で栽培されています。給食はキヌヒカリを使っています。

あき  
秋

## だいず



主に松阪市で栽培されている「福豊」は豆腐、みそ、しょうゆ、納豆などの原料として利用されています。

## みかん



東紀州の「南紀みかん」は広く知られています。桑名市の多度地区でも、おいしいみかんが栽培されています。

ふゆ  
冬

## なばな



「三重なばな」は三重県の伝統野菜で、長島地区を中心に県内各地で栽培されています。

ここに紹介した食材はほんの一例です。ほかにもたくさんの食材が収穫されています。



## ◎たのしみひとしな ふるさと発見ランチ

「ふるさと発見ランチ」は、地元の良さをもっと知ってもらうために、桑名や三重県で生産された食材を給食に取り入れ、紹介しています。

☆6日 …… 桑名産の「みかん」です。

☆18日 …… 桑名産の「なばな」を使った“なばなのごまドレサラダ”です。

## ◎行事食：節分の行事食です。

☆3日 …… いわしのかば焼き、節分汁です。

## ◎まごわやさしい献立：まめ、ごま、わかめ（海藻類）、やさしい、さかな、しいたけ（きのこ類）、いも類を使った献立です。

☆3日 …… 麦ごはん、牛乳、いわしのかば焼き、ひじき和え、節分汁

## ◎アイアンメニュー：鉄分を多めにとれる料理が登場します。

☆19日 …… “黒糖パン”、“チリコンカン”、“小松菜とツナのサラダ”です。

## ◎ワールドランチ

☆12日 …… イタリア料理の“ペンネアマトリチャーナ”です。



統一メニューについて 桑名・多度・長島地区それぞれ、給食を作る施設や機械器具に違いがありますが、部分的に同じメニューが出来るよう工夫して、月に数回程度、献立を統一します。