



あんじょう た 安城を食べよう！

あんじょうしがっこうきゅうしょくきょうかい
安城市学校給食協会

ちさんちしょうし ●地産地消を知っていますか？●



じもと せいさん さくもつ じもと しょうひ た
地元で生産される作物を、地元で消費する（食べる）

ことを『地産地消』と言います。

- 良い点は
- ① 産地が近いから新鮮
 - ② 作っている人が分かるから安心
 - ③ 近くから運ぶので省エネルギー
などがあります。

こんげつ あんじょう た がっこうきゅうしょくげっかん
今月は『安城を食べる学校給食月間』です。安城市の産物をたくさん使った献立になっています。

あんじょうし さんぶつ つか りょうり ●安城市の産物を使った料理●

きゅうりのナムル

ざいりょう ふたりぶん
【材料】2人分

きゅうり	60 g
焼きのり (素干し)	1 g
しょうゆ	2 g
白ごま	2 g
ごま油	0.5 g
塩	0.2 g

【作り方】

- 1 きゅうりは5mmに切る。
- 2 1を茹でて、冷水で冷やしてから、水気をとる。
- 3 2と他の材料をあえる。

※給食では素干しの焼きのりを使っていますが
家庭ではもみほぐした焼きのりで代用できます。



かんたん
簡単でおいしいです。

うち つか
家でも、作ってみてくださいね。



あんじょう さくつけめんせき けんないだい い 安城のきゅうりは、作付面積が県内第2位です！

にしみかわちき ふゆはる ふゆ はる しゅうかく さいばい
西三河地域では、冬春きゅうり（冬から春に収穫されるハウス栽培の

きゅうり）が栽培されており「三河みどり」のブランド名で販売されています。

えいよう こうのう 栄養と効能

いじょうすいぶん おお ふく りにょうきょう
きゅうりは90%以上水分できています。カリウムを多く含んでいることから利尿作用が

あるといわれています。また疲れをとり、肌をきれいにするビタミンCも含まれています。

あんじょうし さんぶつ
●安城市でとれる産物マップ●

安城市学校給食協会
 イメージキャラクター



きゅうしょく あんじょうし さんぶつ
**給食では安城市の産物を
 と い
 たくさん取り入れているよ**

いちじく

にほんいち せいさんち
 日本一の生産地
 きゅうしょく しょう
 給食ではジャムを使用



きゅうり

けんないだい い
 県内第2位
 ビニールハウス
 ブランド名「みかわみどり」



だいず
大豆

けんないだい い
 県内第2位
 ひんしゅ
 品種「フクユタカ」



チンゲンサイ

ビニールハウス
 ねんかん つう しゅつ か
 年間を通じて出荷



ほくぶ ちやうりじやう
 北部調理場



ほうれん草

こめ
米

きゅうしょく ひんしゅ
 給食では、品種「あい
 ちのかおり」を使用



あんじょうし がっこう きゅうしょく きやうかい
 安城市学校給食協会



ブロッコリー



にんじん

ちゆうぶ ちやうりじやう
 中部調理場★



なんぶ ちやうりじやう
 ★南部調理場



だいこん
大根



はくさい
白菜

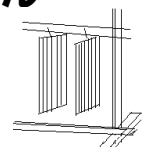
ひんしゅ
 品種「黄ごころ」

キャベツ



そうめん

ての へ
 手延べ
 いずみ ちやう
 和泉町



この他に、ほか 給食で使われる安城市の産物には、きゅうしょく つか あんじょうし さんぶつ
たま みずな こまつな とうがん
玉ねぎ、かぶ、水菜、小松菜、なす、ピーマン、冬瓜などがあります。