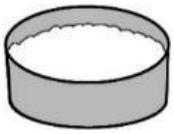
11月「野菜の日献立」の紹介

A地区17日（火）／B地区24日（火）

いりことだいずのこくとうあえ

やきギョーザ



ごはん

はっぽうさい

今日の給食に入っている野菜

＜はっぽうさい＞

- たまねぎ … 40g
- にんじん … 20g
- たけのこ … 5g
- キャベツ … 60g
- しろねぎ … 10g

合計：135 g

わかまつしおかぜ 若松潮風®キャベツ

キャベツの一大産地である若松区は玄界灘に面し、キャベツ畑には絶えず潮風が吹いています。キャベツは潮風を受けて育ち、さらに薄めた海水を畑にまくことで、天然のミネラルを補給しています。このようにして育ったキャベツは、「若松潮風®キャベツ」と名付けられ、生で食べても甘みがあり、加熱するとさらに甘みが増しておいしくなります。

わかまつしおかぜ ひみつ 若松潮風®キャベツの秘密

ずっしり重い

葉がしっかりと巻き、ずっしりとした重量感があります。一枚一枚の葉に厚みがあり、食べ応えがあります。

夏のキャベツ畑

若松潮風®キャベツを育てる畑は、夏の間、土の力を回復させるために、ひまわりが植えられています。

1日に必要な野菜の量は350 g です。北九州市の学校給食では、「野菜の日」に、100 g 以上の野菜をとれるように献立を考えています。