

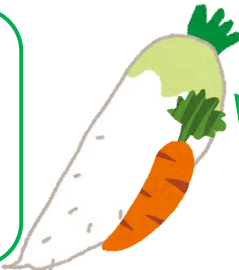
## 和歌山県の食育推進月間

和歌山県では、温暖な気候のもと、さまざまな野菜や果物が生産され、海の幸にも恵まれています。

10月の給食は、和歌山県でとれた食材を使った献立がたくさん登場します。



和歌山県は、梅の収穫量日本一！  
実が大きくて皮がうすい南高梅は和歌山県を代表する梅の品種です。  
10月16日の給食で、和歌山県の梅干しを味わってください。



10月23日の献立「すろっぼ」は和歌山市の郷土料理です。「すろっぼ」という名は、大根・人参を千六本（細長く刻む切り方）にした料理なので、「せんろっぼん・せろっぼう」がなまって「すろっぼ」と呼ばれるようになったそうです。



学校の近くの地域でとれるさつまいもは、水軒のさつまいもといい、とてもおいしくて有名です。  
小学部の皆さんが掘ったさつまいもを、今年も給食で使わせていただきます！

【作り方】  
だし汁の中に、千六本（細切り）にした大根と人参、油抜きした油揚げを入れ、砂糖としょうゆで調味して煮る。最後に酢を入れる。

【材料(4人分)】  
大根200g、人参50g、油揚げ1枚、だし汁150g、砂糖6g、しょうゆ7g、酢5g

和歌山県の南に位置する太地町は、日本における捕鯨発祥の地といわれています。鯨には様々な種類がありますが、皆さんがいつも給食で食べている鯨は、太地町で水揚げされたミンクジラという種類です。体長は約7～10m、体重は5～8トンあります。



## アルファ化米

アルファ化米は、長期保存ができ、水を入れるだけで食べられる非常食です。9月3日に給食でアルファ化米を食べました。ご家庭でも試食してみることができるよう、1つずつ持ち帰りました。味はいかがでしたか？  
価格や味の好みなど、各家庭に適した非常食を、しっかりと備えておきたいですね。パックのごはんや、レトルトのおかゆ、ふりかけ、缶詰、おかしなど、ローリングストックしておくのもいいですね。

## 給食員さんの紹介

9月から勤務しています。  
おいしい給食作りをがんばります！

