

こんだてメモ

平成28年4月
福生市学校給食センター

新年度が始まりました。学校で元気に毎日を過ごすためには、何より健康が大切です。今年度も1年間、よい食生活を心がけ、それぞれの目標に向かってがんばりましょう。

給食でも登場するかも...

1年間の旬の食材

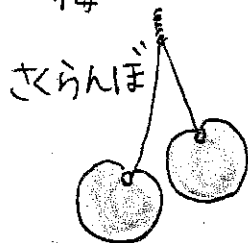
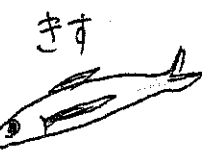
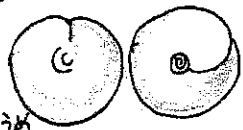
「旬」とは、魚や野菜、果物などが最も新鮮で、おいしく食べることができる時期のことを言います。また、たくさん出回る時期なので安く手に入れることができます。

<4月の旬の食材>



桜を産む4月になると桜色になります。

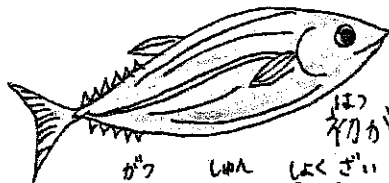
<6月の旬の食材>



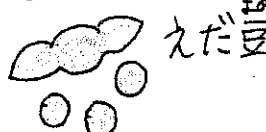
<5月の旬の食材>



アスパラガス



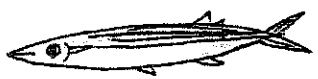
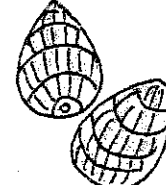
<7月の旬の食材>



<8月の旬の食材>



<9月の旬の食材>



お月旨ののった魚が旬をむかえます。

<1月の旬の食材>



きんめだい



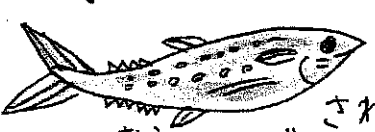
ゆず



ほうれんそう

秋ごろから出回りますが、冬のなべものにゆずは欠かせません。

<3月の旬の食材>



さわら

「魚春」という字のとおり春においしくなる魚です。



うど

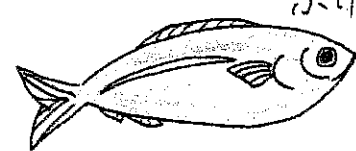
<10月の旬の食材>



りんご

くり

<11月の旬の食材>



ふぐ

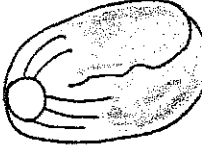


だいこん

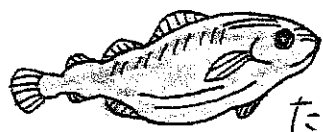


にんじん

<12月の旬の食材>



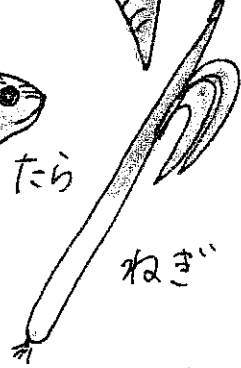
ぼくさい



たら



みかん



ねぎ

<2月の旬の食材>



しろうお しろお魚が女合まると春がおとすれるといわれました。



春菊



みずな 水菜(京葉)

今年度もおいしい旬の食材をどんどん給食に使用する予定です。楽しみにしていて下さい。