

今月の 食育目標

なつ えいよう し 夏の栄養について知り、 やさしい た 野菜をしっかり食べよう！



あつさにまけない
なつやさい♪

ざまし きょうりょうりきゅうしょく
座間市の郷土料理給食に
ざまりんマークが付いています
さが
探してみてね！



©座間市

表示している栄養価は4年生のものです。

仕入れ等の都合により、材料等が変更になる場合があります。

ねんど こんだて にほん きょうどりょうり し のさわな ながのけん
金和7年度 献立テーマ 「日本の郷土料理を知ろう」 野沢薺チャーハン 長野県

野沢菜は、長野県の野沢温泉村で、作られてきたことからその名が付いた漬け菜です。
今から約270年前、野沢温泉の和尚さんが、京都から、力の種を持ち帰って育てたら、突然変異で、違う野菜に育ったのが野沢菜の発祥と伝えられています。漬けたものは、そのまま食べる他に、あっさりとした味なので、炒め物・チャーハン・おにぎりの具・納豆の薬味など色々な食べ方ができます。今日はチャーハンの具として使っていきます。



かつどう どうが

おいしい食事をしてくれる「JAさがみ」が今年、30周年を迎えます。「JAさがみ」の座間農園経済センターにはたくさんの組合があり、座間市で栽培した農産物を、学校給食や

JAさがみ直営所「米ティハウスくりはら、米ティハウスさま」などに出荷しています。
「顔の見える生産者」として、子どもたちや小学校受養者、消費者とも交流していますよ!

ちょくぱいじょあんない
【直売所案内】
9:00～17:00
すいようていきゅう
※水曜定休

★★わたし ちさんちしょう すいしん
私たち は 地産地消を推進しています★★

★★松たかは、地産地消を推進していくよ★★
こめ くりはらしてんよこ ざましくりはらちゅうおう
○三ツハセコイのほら：ひさがひき西質店携（西門西質中中1 25 40）

○半^ハタ^タイハ^タス^スベ^リは^ラ : JAさかみ栄原支店横 (座間市栄原中央1-25-40)
○半^ハタ^タイハ^タフ^フギ^ギ : JAさかみ栄門店すぐ (座間市入谷西3-54-5)