



きゅうしよくニュース



平成27年8月 池田松川学校給食センター

いけだ 池田 まつかわ 松川の夏野菜

夏野菜がたくさんとれる暑い夏。暑い時が旬の野菜は、たっぷりの水分が体を冷やすはたらきがあり体の調子を整えるビタミンや、ミネラルも豊富です。旬の食材はおいしさも栄養も満点です！

とうもろこし

今年も池田町会染の三澤さんが、種をまく春から大事に育ててくれました。7月から8月の給食で味わうことができます。



きゅうり

池田町や松川村でも作られています。最近では表面がつるっとしている「いぼなしきゅうり」を作っている農家さんもいます。



なす

カレーや炒め物がおいしいですね。池田町広津の井上さんが広い畑でなすのほかにもいろいろな種類の野菜を作って給食に届けてくれます。



ゆうがお

夕顔

白くかわいい花を咲かせる夕顔は、成長すると大きいもので3キログラムにもなります。みそ汁に入れたり、薄くむいてかんぴょうのように加工したりします。



ほかにも夏野菜はいろいろありますね

ズッキーニ トマト ピーマン かぼちゃ