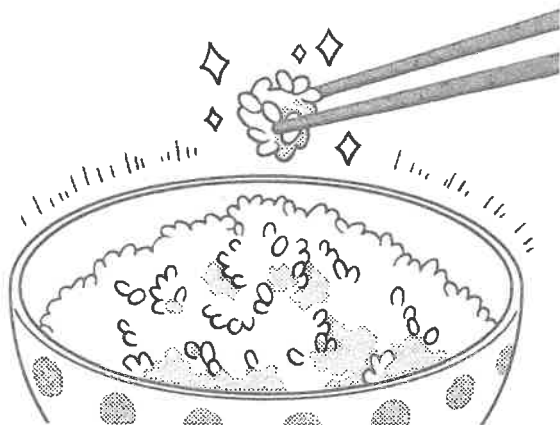


芸術の秋、読書の秋、スポーツの秋と、秋はいろいろなことに取り組むのによい季節です。そして、おいしい旬の食べ物がたくさん出回る食欲の秋でもあります。10月からの給食は、ピカピカの新米（千葉県産ふさこがね）です。どうぞお楽しみに。

おいしい新米の季節になりました

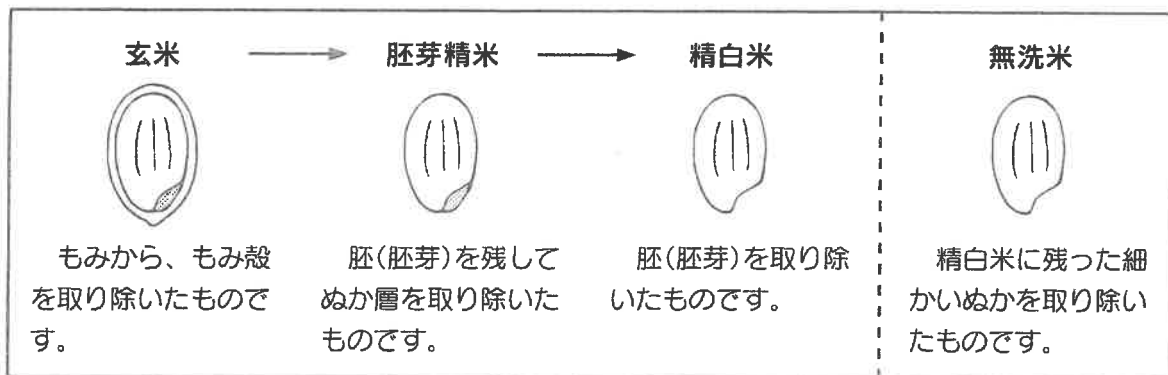
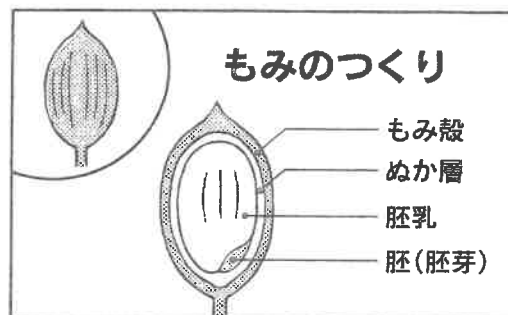


新米と表示されているものは、生産された年の12月31日までに容器に入れたり、包装されたりした米を指します。ほとんどの地方では秋に米を収穫しますが、沖縄県では6月に新米が出回り始めます。

新米の特徴は、水分量が多くてつやがあり、やわらかくて粘りがあることや、香りがよいことです。米のおもな成分である炭水化物（糖質）は、脳や体を動かすために大切なエネルギー源です。新米ならではのおいしさを味わいながら、しっかり食べましょう。

知っていますか？ 米のこと

「もみ」は、稲の穂についたひと粒ひと粒のことです。もみには、稲の芽や根になる「胚（胚芽）」と苗が生長する時の栄養分になる「胚乳」があり、その周りには「ぬか層」と「もみ殻」で覆われています。わたしたちが食べている米はおもに「胚乳」の部分です。



10月に給食で使用する主な野菜の産地（予定）

- ・じゃがいも（北海道）・たまねぎ（北海道）・きゅうり（千葉・茨城）・しょうが（熊本）
- ・長ねぎ（秋田・茨城・青森）・ごぼう（青森・群馬）・にんじん（北海道）・もやし（栃木）
- ・ブロッコリー（長野・北海道）・キャベツ（群馬・岩手）・さつまいも（千葉・茨城）
- ・だいこん（北海道・岩手）・小松菜（松戸・埼玉・茨城）・ほうれん草（栃木・群馬）
- ・にんにく（青森）・かぶ（青森・千葉）