



3月 えいようのはなし

四街道市学校栄養士会
(低学年)

そだて！げんきなよつかいどうっこ

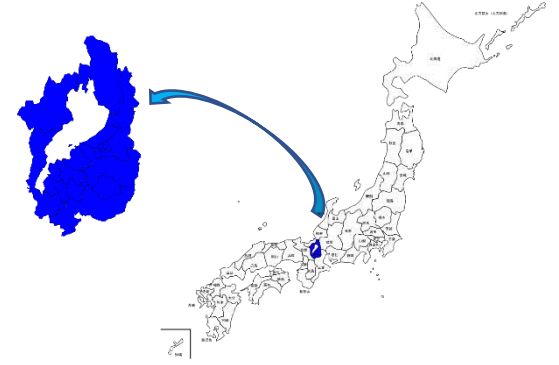
 たべものでりょこうきぶん 

しがけん

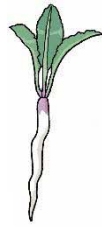
★にほんかくちのきょうどりょうりをしろう★

しがけんは まわりを やまにかこまれ まんなかに
おおきなみずうみがあります。

こんげつは しがけんでとれる おいしいたべもの
について しょうかいします。



こめ・やさい

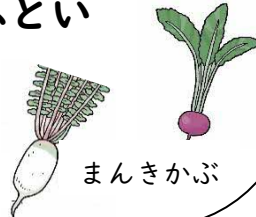


しがけんは こめを たくさん
つくっています。 ひのな

また 「おうみやさい」というやさいが
つくられています。100 えんだまくらい
の ふとさの 「ひのな」や ボールのよう
なかたちで あかいろの 「まんきかぶ」
はっぱが むらさきいろで ふとい
「いぶきだいこん」などが
あります。

いぶきだいこん

まんきかぶ



こあゆ

さかな・にく



びわます

みずうみには めずらしいさかなが
たくさんいます。こあゆ びわます
ほんもろこ いさぎ にごろぶな ごり
などの さかながとれます。

また ゆたかなしぜんと みずに
めぐまれて そだてられた わぎゅう
が ゆうめいです。



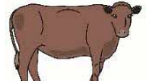
ほんもろこ



いさぎ



にごろぶな



おうみぎゅう



ごり

しがけんの
おすすめグルメ...

じゅんじゅん



出典元：農林水産省ウェブサイト「うちの郷土料理」

じゅんじゅんは ぎゅうにく とりにく さかななどを すきやきふうにあじつけした
なべりょうりです。ぐを なべでにるときに でおとが「じゅんじゅん」ときこえること
から このように いわれようになりました。

こんげつは よつかいどうしの すべてのがっこうで きゅうしょくに 「じゅんじゅん」
が どうじょうします。おたのしみに♪

～こんげつの じばさんぶつ～



こめ



やまといも



トマト



さつまいも



にんじん



れんこん



はくさい



ねぎ



はねぎ



ごぼう



きくらげ

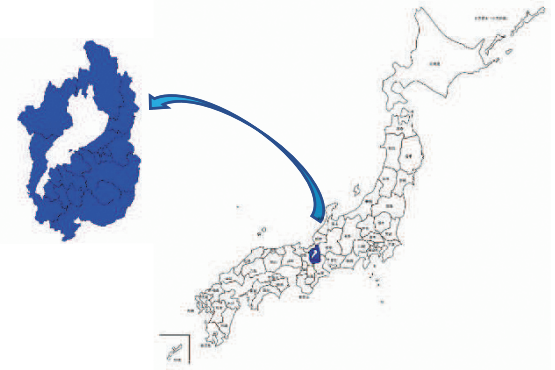
育て！元気な四街道っ子

🍴 食べ物で旅行気分 🍴

滋賀県

★日本各地の郷土料理を知ろう★

滋賀県は、日本のほぼ中心に位置し、山脈・山地が取り囲み中央部に琵琶湖と近江盆地が広がります。面積の半分以上は山地で、おおよそ6分の1は琵琶湖が占め、他の盆地と比較すると、夏の暑さや冬の寒さは少しおだやかです。



今月は、滋賀県のおいしい食べ物について紹介します。



農業

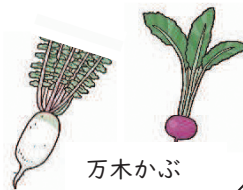
稲作が中心で、主な品種として「近江米」が生産されています。

また、伝統野菜の「近江野菜」を郷土料理や保存食として、食生活を支えています。太さが100円玉程度で、根の上部が赤紫色の

「日野菜」や9~10cmの球形で表面の紅色と中の白色の綺麗な「万木かぶ」、葉と首が赤紫色で太短く丸みを持つ「伊吹だいこん」

などがあります。

日野菜



伊吹だいこん

万木かぶ



コアユ

水産業・畜産業



ビワマス

琵琶湖固有種の湖魚を捕る漁業が発展し、独自の食文化が育まれました。コアユやビワマス、ホンモロコ、イサザ、ニゴロブナ、ゴリなどは琵琶湖のみ生息しています。

豊かな自然と水にめぐまれて育った高級和牛の代名詞である「近江牛」が有名です。



ホンモロコ



ゴリ



イサザ



ニゴロブナ



近江牛

しがけんの
おすすめグルメ

じゅんじゅん



出典元：農林水産省ウェブサイト「うちの郷土料理」

じゅんじゅんは、牛肉、鶏肉や湖魚などをすき焼き風に味つけをした鍋料理です。牛肉や鶏肉は、お正月やおぼんなどのハレの日に食べられています。具材を鍋で煮る際に出る音が「じゅんじゅん」と聞こえることに由来するといわれ、古くから旬の野菜と一緒に煮こんで食べていました。

今月は、四街道市の全ての小・中学校で、給食風にアレンジした「じゅんじゅん」が登場します。お楽しみに♪

～今月の地場産物～



米



やまといも



トマト



さつまいも



にんじん



れんこん



はくさい



ねぎ



葉ねぎ



ごぼう



きくらげ