

食育だより

2023/11 板倉中学校

給食のお米の品種は
何でしょう？
*答えは食育だよりの
中にあります



板倉の山々がきれいに色づき始め、秋が一段と深まりました。遠くに臨む雪化粧の頸城連山が、冬の訪れが近いことを感じさせます。もうすぐ雪国の長い冬がやってきます。

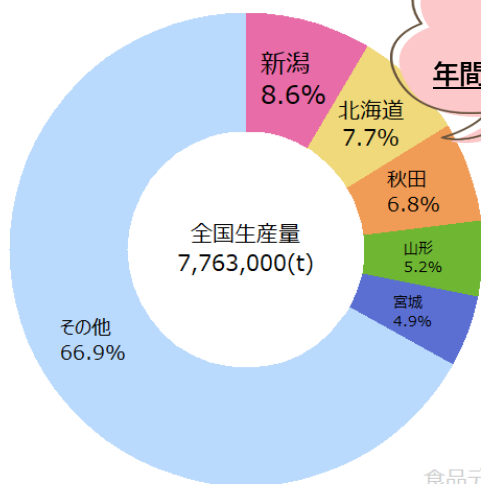
11月は、おいしい地元のお米をたくさん食べて、寒い冬を元気に乗り切る体力をしっかりと付けましょう。

お米を食べて ふるさとの未来を守っていきましょう！

新潟県の米の収穫量は全国 1 位！ しかし 消費量は？

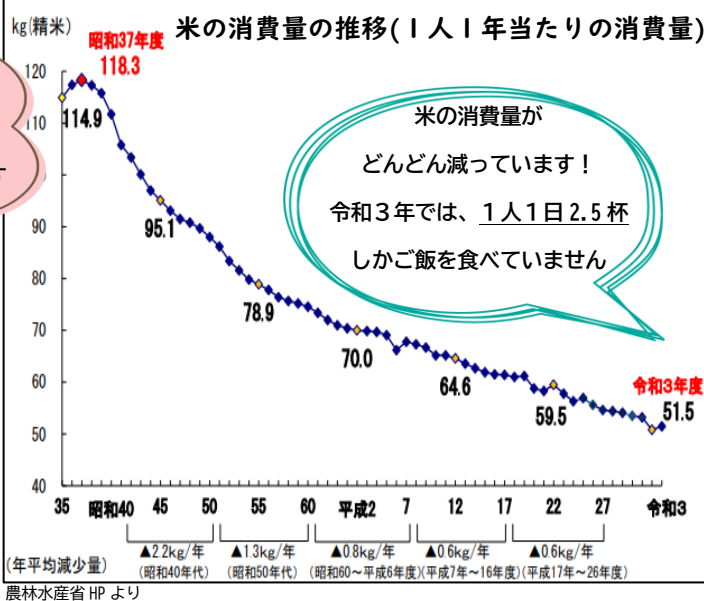
米（水稻）生産量の都道府県別シェア（2020年）

■新潟 ■北海道 ■秋田 ■山形 ■宮城



新潟県民1人あたりの
米生産量は
年間約 300kg に相当します

食品データ館



生産している米は1食あたり約 270g なのに、食べているのはわずか約 140g！
ふるさとのおいしいお米をたくさん食べて、体のエネルギーをチャージ！そして地域を盛り上げていきたいですね★

お米を食べるのは日本だけじゃない！

世界のごはん料理を味わって、お米のおいしさや料理の幅の広さを実感しましょう。

11/27 の給食に登場

【ガパオライス】



11/28 の給食に登場

【メキシカンライス】



11/29 は「キラッと新潟米 地場もん献立」

上越のおいしいお米と地元の季節野菜がたっぷり入ったみそ汁を味わいます。

新潟県内の学校給食で行われる、ふるさと給食キャンペーンの一環です。

新米つきあかりと地元みそで味付けした季節野菜たっぷりのみそ汁を味わい、改めてふるさとの良さを体で感じましょう。

↑ 給食初出しメニュー！