地産地消

2025年(令和7年)9月 堺市立こども園

こまっきー

地元でとれた食べ物をおいしく食べよう

日頃の買い物で、地産地消を意識して食材を選ぶことはありますか?

地産地消とは、<u>地</u>域で生<u>産</u>されたものを<u>地</u>域で<u>消</u>費することです。こども園でも、食育の日(毎月 19 日)は、堺産の農産物を使用した給食を提供し、地産地消を進めています。

ご家庭でも地元"堺"でとれたおいしい食材を味わってみませんか。

昨年度、1年間で 〜食育の日に使用した堺産の農産物/

小松菜は、年間を通して生産量が安定しており、 給食でも取り入れやすい食材です。上神谷米は、 堺市南区で生産されているブランド米です。





、堺産の農産物/

ハーベストの丘農産物直売所「またきて菜」や市内の スーパーなどで購入できます。



「堺のめぐみ」

地域の農産物を知って、選んで、食べることで、食 とくらしと環境を支える農業の多様な価値に共感す る、地産地消の推進を目的とした地域ブランドです。



大阪エコ農産物「泉州さかい育ち」

化学合成農薬や化学肥料の使用量を通常の半分以下で、様々な工夫をしながら手間をかけて栽培された 農産物。大阪府の認証を受けた堺産農産物です。

堺のめぐみ URL

https://www.city.sakai.lg.jp/sangyo/nosui/nousanbutsu/sakainomegumi/index.html

~ 今月の献立より~

青菜おにぎり

【材料(1合分)】

• 精白米

1合

• 青菜(小松菜) 25g(1/2~1株)

• 塩

1g(小さじ1/6)

おにぎりはこどもたちに大人気のおやつメニューです。 堺市でたくさん生産されている小松菜を使って、ぜひ作ってみてください。 小松菜の量を増やしたり、ごまを加えたりしてもおいしいです♪

【作り方】

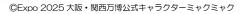
- ① 精白米は洗っておく。
- ② 青菜(小松菜)は下茹でし、水気を切り、細かく刻んでおく。
- ③ 水気を切った①を炊飯器に入れ、1合の目盛りまで水を加える。
- ④ ③に塩を加えて軽く混ぜ、②の青菜(小松菜)も加えて炊飯する。
- ⑤ 炊き上がったら、食べやすい大きさに握る。

><*>*</



今月の万博給食

/ 「 ベトナム 」 <mark>★</mark> バインミー(サンドイッチ)





<調理室から>

給食の時間を楽しみにしてもらえるように、調理しています。こどもたちの笑顔が増えるようにおいしい給食を作ります。

★堺市ホームページでも公立こども園の食育(給食メニューなど)について情報発信しています★

