

5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 りょうきぶん

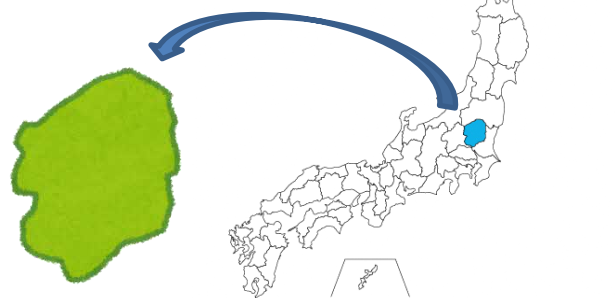
★にほんかくちの きょうどりょうりを しろう★

とちぎけんは かんとうちほうの ほくぶにあります。

うつくしいしぜんが たくさん のこされています。

こんげつは とちぎけんでとれる おいしい たべものについて しょうかいします。

とちぎけん



のうぎょう

いちご ゆうがおのみ



とちぎけんでは いろいろな やさいやくだものをつくっています。

いちご かんぴょう もやし うどはにほんで いちばん おおく つくられています。にら こんにゃくいも にほんなし とうがらし さといも とまとも おおく つくられています。



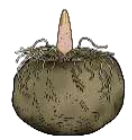
もやし



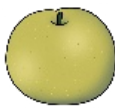
うどん



にら



こんにゃくいも



なし



とうがらし



さといも



とまと



いちごおうこく



50ねんいじょうにわたり にほんで いちばん いちごをつくっています。

あまみのある「とちあいか」 おかしづくりにもあっている「とちおとめ」 しろいいちごの「みるきーベリー」なつにとれる「なつおとめ」など いちねんじゅう おいしいいちごを たのしむことができます。



にほんいちの「かんぴょう」

にほんでいちばん かんぴょうをつくっています。しゅうかくは 7がつから8がつにおこなわれ ゆうがおのみを ひもじょうにむいて まなつの たいようで 2かかんにわたり ほしたものです。



とちぎけんの
おすすめぐるめ

ばっとうじる



やさいのはいったみそしるに こむぎこや こめこをねって いれたものを「すいとん」とよびます。とちぎけんでは「ばっとうじる」「はっとうじる」「だんごじる」「とっちなぎ」と ちいきによってさまざまな よびかたをしています。きせつの やさいをつかって いちねんをとおして たべられます。

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「ばっとうじる」が とうじょうします。おたのしみに♪

～ こんげつの じばさんぶつ ～



こめ



にんじん



だいこん



はねぎ



とまと



みにとまと



ずっきーに



さつまいも



やまといも



きくらげ

5月 栄養の話

四街道市学校栄養士会
(中 学 校)

＊育て!元気な四街道っ子＊ 食べ物で旅行気分

栃木県

★日本各地の郷土料理を知ろう★

栃木県は、関東地方北部に位置する内陸県です。県内には、世界に誇る日光国立公園のほか、美しい自然がたくさん残されています。



今月は、栃木県でとれるおいしい食べ物について紹介します。

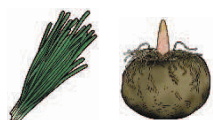


農 業



首都に近いこともあって、農業産出額は全国で第10位です。【令和5(2023)年】

【農産物全国ランキング】



1位	いちご、かんぴょう、もやし、うど
2位	にら、こんにゃく、二条大麦
3位	日本なし 
4位	とうがらし 
5位	さといも、トマト  

・かんぴょう、うど、とうがらしは令和4年のデータ



いちご王国



昭和43(1968)年から半世紀以上にわたり、生産量日本一です。

甘みが際立つ主力品種「とちあいか」や生食からスイーツにも適した万能いちご「とちおとめ」、白いちご「ミルキーベリー」、夏いちご「なつおとめ」、ぞうとう贈答向けの「スカイベリー」など、一年中おいしいいちごが楽しむことができます。



生産量日本一「かんぴょう」

国産かんぴょうの9割以上を生産する日本一の産地です。7月から8月は生産の最盛期にあたり、夜が明ける前からユウガオの実を細長くむいて竿に干し、真夏の太陽で一気に干し上げる作業が行われています。



栃木県の
おすすめグルメ

ばっとう汁



野菜の入ったみそ汁に、練った小麦粉や米粉を入れたものを一般には「すいとん」と呼びます。栃木県では、「ばっとう汁」、「はっとう汁」、「だんご汁」、「とっちゃんぎ」と、地域によってさまざまな呼び方をしています。かつては、水田の少ない地域で、米の不足を補う食べ物として日常的に食卓に並ぶ家庭料理でした。季節の野菜を使って、一年を通して食べられます。調理の手軽さからも、現在でも家庭の味として親しまれる料理です。

今月は、四街道市の全ての小・中学校で、給食に「ばっとう汁」が登場します。お楽しみに♪

～ 今月の地場産物 ～



米



にんじん



大根



葉ねぎ



トマト



ミニトマト



ズッキーニ



さつまいも



やまといも



きくらげ