



地産地消に取り組んでいますか？

★地産地消とは・・・

地域で生産された食材を

地域で消費(食べる)すること!

地産地消の良いところ

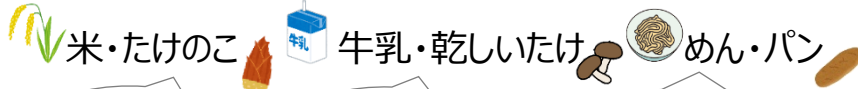
- ・近くでとれた食材で 新鮮!
- ・旬の食材で おいしい!
- ・生産者の顔がわかり 安心・安全!
- ・輸送にかかる燃料が少なく 環境にやさしい!

テーマは
地域の
食文化の理解



★倉敷市の学校給食では・・・

◎1年間を通して



倉敷市産

岡山県産

岡山県産米粉 20%使用

◎季節に合わせて



などを使用しています。

野菜などの青果物は公益財団法人倉敷市学校給食会の協力の
もと、倉敷市内産の食材を積極的に活用しています。

★家庭でもできること・・・

最近では地産地消コーナーを設けているスーパーが多くあります。
また、地域の直売所などもおすすめです♪

倉敷市学校給食会のホームページでは
・れんこんや小松菜の栽培について
・給食レシピについて など
食育動画が配信されています。
↓こちらからぜひご覧ください。



倉敷市学校給食会 ホームページ



岡山県農林水産部 農村振興課より
「おかやま地産地消協力店 直売所ガイド」
も出ていますので参考にしてみてください。
こちらからご覧ください→



ポチっと!

岡山県農林水産部農村振興課
ホームページ

小松菜の炒め物

【材料 4人分】

- ・小松菜 80g
- ・キャベツ 160g
- ・にんじん 30g
- ・さつま揚げ(平天) 20g
- ・サラダ油 小さじ 1/2
- ・食塩 少々
- ・みりん 小さじ 1
- ・しょうゆ 小さじ 1

A



「倉敷市学校給食」の
レシピはこちらから!!



ポチっと!



【作り方】

- ①小松菜は 1cm、キャベツとにんじんは 千切りにする。
- ②さつま揚げは短冊切りにする。
- ③フライパンにサラダ油を熱し、①の野菜を炒める。
- ④③に火が通ったら②を加える。
- ⑤Aの調味料で味を調べて完成☆

作ってみよう♪
給食レシピ



さつま揚げの味によって調味料の量が変わるので味を見て調整してください。