

しょくいくだより

令和8年2月
京田辺市学校給食委員会



ちさんちしょう
地産地消



地産地消とは自分の住んでいる地域（地元）で作られた食べ物を、その地域で食べることです。「地元で生産して、地元で消費する」の略で、新鮮で安全なものが手に入り、環境への負担も減らすことができます。

給食での地産地消の取組を紹介します。



給食での地産地消～その1～ まるごときょうとの日

毎年2回、「まるごときょうとの日」の献立があります。この日に使う食材は、調味料と乾物以外すべて京都府でとれたものです。

9月4日 牛乳・ごはん・鶏肉と揚げじゃがの炒め物・なすのみそ汁



「田辺なす」がおいしく育つのは、粘土質の土と豊富な地下水のおかげです。また、荷車が通れるくらいの広い道で育てるので、のびのびと根をのばし、肉厚でみずみずしいなすになります。

12月11日 牛乳・大根の炊き込みごはん・えびいものからあげ・かぶのみそ汁



形や模様がえびに似ていることから、「えびいも」と呼ばれるようになりました。

ねっとりとして、あまみのある里いもの仲間です。京都で作られている、おかしからの野菜で、京田辺市の特産品です。

給食での地産地消～その2～ しょくいひの日

毎月19日は「食育の日」です。この日には、地元産のお茶を使った献立が登場します。



とりにくのぎょくろあげ



おちやまめ



まっチャきなこパン

給食での地産地消～その3～ 京田辺市産の米と野菜

給食では、京田辺市産の「特別栽培米」をつかっています。特別栽培米は、農薬の使用回数や化学肥料の使用が少なく、環境への負荷を減らした栽培方法で育てられた米です。

その他、玉ねぎやキャベツなど旬の野菜も、できるだけ京田辺市産をつかっています。



食育×クイズ

レッツ！ しょくいクイズ



地産地消にすることで、その時期に一番おいしく栄養豊富なものを食べることができます。この時期のことを何と呼ぶでしょうか。

- ① 時季 ② ピーク ③ 旬



旬は、野菜・果物・魚などの食材が、一番おいしく、栄養も豊富です。旬の食材は、旬の味・香り・栄養が最大に発揮されます。旬の食材は、旬の味・香り・栄養が最大に発揮されます。

【えんじ】③旬