

給食だより 5月号

令和5年 5月 1日
富士市学校栄養士会作成



5月2日は、八十八夜です。お茶の栽培が盛んな静岡県や富士市は、地域で摘んだばかりの新茶をすぐに飲むことができます。このように、地域で生産したものを地域で消費することを「地産地消」といい、学校給食では、地産地消を意識し、献立作成をおこなっています。今月の給食だよりでは、地産地消のよさを、SDGsの視点から考えてみましょう。

8 働きがいも 経済成長も 11 住み続けられるまちづくりを

地域に暮らす人たちの働く場所が増え、地域の経済が回ります。経済面が活発になり、住みやすいまちづくりが進みます。



14 海の豊かさを守ろう 15 陸の豊かさを守ろう

過度な農地開拓を減らすことで、環境を保護します。私たちの生活を豊かにしてくれる大切な自然を守っていきましょう。



12 つくる責任 使う責任

「食品ロスを削減するため」に、食べる分だけ生産します。新鮮な食品は、おいしく、栄養価も高い状態で摂取することができます。



地産地消を SDGsから考えよう

13 気候変動に 具体的な対策を

「フードマイレージ」（食材の輸送にかかる距離）が短くなり、二酸化炭素量が削減されます。そのため、温暖化による異常気象の予防が期待できます。



お茶の葉風味のフライドチキン

お茶を使った地産地消レシピです

【材料】4人分

- ・とりもも肉・・・1枚を4等分
(1切れ約60g)
- 衣
 - 塩・・・小さじ1/4
 - こしょう・・・少々
 - 酒・・・小さじ1
 - 小麦粉・・・大さじ2
 - 片栗粉・・・大さじ2
 - 抹茶粉・・・小さじ1
 - 水・・・小さじ4
- ・揚げ油・・・適量

【作り方】

- ① とりもも肉を4等分に切る。
- ② 衣の材料を全て混ぜる
- ③ ②に①に入れ、揉みこみ、約30分程度漬け込む。
- ④ 170℃の油で5～6分を目安に揚げて、出来上がり。(中までしっかり火が通っていることを確認しましょう。)

平成30年度の高校生による和の給食コンテストの最優秀賞の一品です。お茶を使った給食のおかずとして、定着しました。