

# 小学校

1月22日の  
ときめき給食

## 今回のときめきポイント

### 地産地消

地域でとれた魚や野菜を、そこで暮らす地元の人たちで消費することを「地産地消」と言います。

泉州地域とは、大阪府の中でも南西部に位置し、堺市から南の地域をさします。泉大津市も泉州地域の中に含まれています。

### 泉州地域



### ●ごはん (金芽米)

### ●泉州産しいたけのみそ汁

### ●泉州産ほうれん草のおひたし

### ●豚肉と泉州産にんじんの甘辛炒め

こんかい ちさんちしょう  
今回のテーマは「地産地消」です！

### にんじん

にんじんは、一年中スーパーで売られていますが、冬が旬の食べ物です。泉州地域でも作られることが多く、岸和田で栽培されている「綾誉(あやはまれ)」という品種が有名です。色鮮やかで、甘みが強いことが特徴です。



### ほうれん草

ほうれん草は、冬が旬の食材です。冬のほうれん草は、甘みがあっておいしくなります。