

# みやづ食の日

宮津市学校給食委員会 献立作成部会 令和4年11月18日



こんげつ しょくざい ひがたに だいこん  
今月の食材は「日ヶ谷ごぼう」と「大根」です！

## ひがたに あじ 日ヶ谷ごぼうを味わおう♪

ひがたに むかし おい たんご ほうもん  
「日ヶ谷ごぼう」はその昔、その美味しさから丹後を訪問された  
てんのう けんじょう  
天皇に献上されたごぼうで、とても香りがよいのが特徴です。

きょう きゅうしょく ひがたに つか ひがたに  
今日の給食では、「日ヶ谷ごぼう」を使った「日ヶ谷ごぼうの  
こめこ 米粉ケーキ」にしました。香り高い日ヶ谷ごぼうを味わってくだ  
さい！



やわ つち つ あ たね そだ  
柔らかい土を積み上げたところに種をまいて育てるそうです。  
ごぼうは真っすぐに育ち、成長途中で石などがあると枝分かれ  
してしまうので、それを取り除く作業が必要です。

## さむ ふゆ た みやづ だいこん 寒い冬に食べたい！宮津の大根

だいこん しゅん がつ がつ ふゆ さむ し き ふゆ やさい さむ み  
大根の旬は11月～2月と冬の寒い時期です。冬の野菜は寒さから身  
まも を守るために、すいぶんを減らしてとうぶんを増やすため、あまみが増します。甘味  
のある野菜は鍋や煮物などによく合い、寒い冬にはぴったりです。また、  
だいこん やさい なべ にもの あ さむ ふゆ  
大根はおろして使ったり、漬物にしたり、切干大根にしたり、加工を加え  
たりしても美味しく食べることができます。今日は大根と鶏肉を使って  
だいこん さといも あまからに つく 作り  
「大根と里芋の甘辛煮」を作りました。味がしみた大根を美味しくいた  
だきましょう。

わくた 和久田ファームの和久田さん



だいこん まび たいへん  
大根は、間引きが大変です。  
のうやく つか ゆうきひりょう  
農薬はあまり使わず、有機肥料  
たいせつ さいばい  
を大切にして栽培しています。  
みやづ のうぎょうばな すす  
宮津でも農業離れが進んでい  
ますが、若い人にこそ興味を持  
って欲しいと思っています。

### ★クイズ★

- Q1 日ヶ谷ごぼうの特徴は何でしょうか？  
ア. 香りがよい イ. 太い ウ. 小さい
- Q2 大根の栽培で特に大変なことは何でしょうか？  
ア. 土寄せ イ. 間引き ウ. 草取り



「11」02「17」