

# 献立ひとくちメモ

7月19日(水)



加賀野菜のお話です。

加賀野菜とは、古くから親しまれ、主として金沢で栽培されている野菜の中から、金沢市農産物ブランド協会がブランド野菜として認定したものを「加賀野菜」といいます。現在、加賀野菜は15種類認定されており、その一つである「打木赤皮甘栗かぼちゃ」が今日の夏野菜カレーに入っています。オレンジ色がかかった色鮮やかな果皮が特徴で、丸みのある果実からへたの部分が飛び出した形状をしています。甘くて、しっとりとした味わいです。



1学期の給食が終了します。さまざまな献立が登場し

## 給食最終日

ましたが、おいしかった・気に入った給食などありましたか。夏休み中でも「早寝・早起き・朝ごはん」を意識して、生活リズムを整えましょう。家庭では、カルシウムが不足しがちになります。カルシウムは、丈夫な骨や歯をつくるのに欠かせない栄養素です。7月の食育だよりにカルシウムを多く含む食品を紹介しているので、参考に見てみてください。