

# 給食だより

令和6年8.9月  
食育フードシステム  
東北株式会社

9月1日は防災の日です  
～いざという時の備えに、非常食を準備しておきましょう～

「春は苦味、夏は酸味、秋は甘味、冬は厚味」

食欲の秋がやってきました。春は毒消しの苦味、夏は疲労回復の酸味、秋はエネルギーを蓄えるための甘味、冬は身体を温めるための厚味というように食材の味が変化していくと言われています。美味しくて栄養価の高い秋野菜を食べて、寒い冬に備えましょう！

## 秋の旬の食材



SFS **しょくいく**  
フードシステム東北

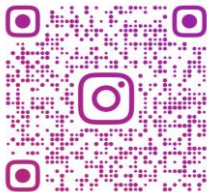
食育フードシステム東北株式会社

〒989-3125

宮城県仙台市青葉区下愛子字観音堂28

TEL 022-391-8666(代) FAX 022-391-8667

メールアドレス shokuiku@sfs-tohoku.com



カメラをかざすと弊社  
公式 Instagram が出ます。  
フォローよろしくお願いします!!

### 賞味期限

長期間(目安は3年)  
保存可能なものを選びましょう

レトルトや缶詰のスープなど、水分の多いものは脱水症状の予防にも○

好き嫌いやアレルギーを考慮して家族全員が食べられるものを選ぶ



☆8/31 宮城県産トマト入りポークカレー☆

☆9/24 白石うーめんチャンフル☆

8月は、大人気のカレーに宮城県で採れたトマトを入れた地産地消メニューです。9月は、白石温麺を使用したうーめんチャンフルです。

うーめんはそうめんの1種ですが、油を使わない製法なのが特徴です。そうめんよりもだいたい短いことから、小さなお子さんやお年寄りも食べやすく、つゆがハネることも少ないです。素麺より0.3mmほど太いため、伸びにくく小麦の風味が十分に味わえます。冷やして食べても温かいお汁で食べてもどちらもおすすめです。



## 〈残食情報〉

6月に残食が多かったのは、切り昆布煮でした。幼稚園様から「昆布が子どもにとっては食べづらそう」というご意見をいただいたので、次回は食べやすいよう柔らかく煮てご提供したいと思います。

### 【8.9月の食材予定産地】

《野菜》ピーマン(岩手) 長ネギ(茨城) 白菜(長野) ブロッコリー(北海道)  
きゅうり(宮城) しいたけ(山形) しめじ(長野) ごぼう(青森) キャベツ(群馬)  
《肉類》鶏肉(日本・ブラジル) 豚肉(日本・デンマーク) 牛肉(オーストラリア・アメリカ)  
《米》ひとめぼれ(山形)