

10月

# パクパクタイムズ



## きょう 〈今日のメニュー〉

こまがねしさん い  
駒ヶ根市産しめじ入りきのこスパゲッティ

まめ  
カリカリ豆サラダ

ぎゅうにゅう  
フルーツヨーグルト 牛乳



## 【主な食材の産地・取り扱い業者】

スパゲッティ：多国籍

飲用牛乳：コーシン乳業

鶏肉：岩手

ベーコン：埼玉

刻みのり：国産

大豆：国産

プレーンヨーグルト：中沢乳業

にんにく：青森

玉ねぎ：北海道

マッシュルーム水煮：インドネシア

にんじん：北海道

**しめじ【とれたて村】：長野県駒ヶ根市**

えのきだけ：長野

ピーマン：群馬

きゃべつ：群馬

きゅうり：福島

もやし：埼玉

黄桃缶：ギリシャ

パイン缶：フィリピン

みかん缶：国産

きょう 今日「とれたて村給食の日」です。ながのけん こまがねし しんせん 長野県駒ヶ根市から新鮮なしめじが届きました！

※裏面の「とれたて村給食だより」もご覧ください！

## 〈ぱくぱくクイズ〉

つぎ 次のことわざの空欄に入る言葉は何でしょうか？

『香り松茸、〇〇しめじ』

① あき 秋

② いろ 色

③ あじ 味



（こたえ）③味

『香り松茸、味しめじ』とは、「たくさんあるきのこの中で、特に香りのいいものは”松茸”で、味がいいものは”しめじ”である」ということわざです。

かつ 10月は「食品ロス削減月間」です。きょう きょうしやく のこ 今日の給食も残さずおいしくいただきましょう！

# 10月 とれたて村給食だよ



板橋区食育キャラクター  
いたばちい

今月は、**長野県駒ヶ根市**から  
**ぶなしめじ**をお届けするっちい！



駒ヶ根市は長野県の南部にあります。

東に南アルプス（赤石山脈）、西に中央アルプス  
（木曾山脈）の3000m級の山々に囲まれた自然豊かな町です。



## ～ぶなしめじができるまで～

### 1 しめじ菌の植えつけ



270万本のピンが入っているっちい！



- ① しめじの栄養となる原料（とうもろこしの芯、米ぬか等）を機械で混ぜて培地を作り、直径 10 cm、高さ 15 cmのピンの中に入れます。
- ② 中心に穴をあけ、滅菌処理をして、しめじ菌を植えつけます。
- ③ 施設の中で、一定の温度で培養し菌を繁殖させます。
- ④ 約3か月後、培地にしめじ菌がまわり、白くなります。

菌を植えつけた後の温度や湿度は  
キノコが育つ夏の森の環境に  
合わせているっちい！

### 2 菌かき

### 3 生育

〈菌かき前〉〈菌かき後〉



しめじが生えやすいように  
培地の表面を整えることを、  
菌かきといいます。  
菌かき後に水を加えます。

太陽光の代わりに照明を当てて生育室で育てます。  
光があたることで茎が伸びすぎるのを抑えられ、  
傘を形成し、株がきれいに形作られます。



〈菌かきから 16日目⇒18日目⇒22日目〉

### 5 収穫・包装



菌かきから約3週間後、  
収穫し、形態（株、カット  
バラ）や重さごとに、袋に  
詰めて出荷されます。

### 生産者の方からのメッセージ

多くの仲間が生産に携わっています。  
一つひとつのぶなしめじに、私たちの愛情とまごころがこもっていますので、おいしくて安心できるぶなしめじをみなさんで食べてください。