

# 12月

# パクパクタイムズ



## きょう 〈今日のメニュー〉

### チキンライスのクリームソース

### さいころサラダ

いたばしさん ぎゅうにゅう  
板橋産にんじんケーキ 牛乳



## 【主な食材の産地・取り扱い業者】

米：ナナミ 米粒麦：はくばく

バター：国産

生クリーム：国産

じゃがいも：北海道

飲用牛乳：コーシン乳業

鶏肉：岩手

調理用牛乳：コーシン乳業

たまご：栃木、埼玉

☆人参：板橋区【板橋ふれあい農園会】

玉ねぎ：北海道

マッシュルーム水煮：インドネシア

トマトペースト：多国籍

パセリ：香川

粒コーン缶：タイ

きゅうり：埼玉

オレンジジュース：多国籍

きょう 今日 いたばし のうえんかいきゅうしょく  
「板橋ふれあい農園会給食」です。

いたばしさん しんせん にんじん つか いたばしさん つく  
板橋区産の新鮮な人参を使って「板橋産にんじんケーキ」を作ります！



## 〈ぱくぱくクイズ〉

にんじん たね やくなんにちご しゅうかく  
人参は、種まきをして約何日後に収穫されるでしょうか？

① 50日後

② 100日後

③ 365日後

（こたえ）② 100日後

きょう 今日、いたばし 板橋区でとれた人参が6kg届きました。にんじんは種まきをしてから約100日後に収穫されます。農家の方が時間をかけて一生懸命作ってくださった野菜です。ぜひ味わっていただきましょう。

きょう きゅうしょく のこ  
今日の給食も残さずおいしくいただきましょう！



うらめん いたばし のうえんかいきゅうしょくだより らん  
裏面の「板橋ふれあい農園会給食だより」もご覧ください！

# 板橋ふれあい農園会給食だより



## 12月 にんじん

板橋ふれあい農園会とは、板橋区で農産物を作っている区内農家の方の会です。学校に新鮮で安全な野菜を届けてくださいます。今回のにんじんは、<sup>やまぐちけんじ</sup>山口賢治さん、<sup>かすが きいち</sup>春日喜一さん、<sup>そめみやとしあき</sup>染宮利章さん、<sup>きむらしげ お</sup>木村繁夫さん、<sup>たなかこう たらう</sup>田中耕太郎さん、<sup>やまぐちしゅん た</sup>山口駿太さん、<sup>たなかまさひろ</sup>田中將浩さんを中心にご作っていただきました。

### ◆◆◆ にんじんができるまで ◆◆◆

#### 1 <sup>こう</sup>耕うん(8月)

にんじんの根が育つ方向に、土の塊や石などのかたいものがあると根が分かれてしまいます。

それを防ぐために、機械で土をやわらかくし、石などを取り除きます。



#### 2 種まき(8月下旬～9月上旬)

約 10cm 間隔で、1つの穴に3粒ずつ、種をまきます。

にんじんの発芽には水分が必要なので、発芽するまでは毎日、朝と夕方の2回、たっぷりと水やりをします。



#### 3 発芽

(種まきから7～10日後)



#### 4 <sup>まひ</sup>間引き(10月上旬)

3粒種をまいたうち、丈夫な芽を1つ選んで、他の芽を抜きます。これを「間引き」といいます。

#### 5 <sup>つちよ</sup>土寄せ(10月中旬)

根元が土より上に出ないように、土を寄せかけます。これを「<sup>つちよ</sup>土寄せ」といいます。土寄せにより、日光に当たって根の水分が抜けて固くなったり、色が変わったりすることを防ぎます。

#### 6 収穫(12月)(種まきから約100日後)

毎日雑草を抜いたり、虫がついていないか確認したりしながら育てます。収穫の頃には、根の先まで含めると、長さ約25cmまで成長します。

板橋区食育キャラクター  
いたばちい



今年の品種は、「<sup>こうよう</sup>向陽2号」「<sup>あいこう</sup>愛紅」  
「<sup>べに</sup>紅あかね」「<sup>はつ</sup>初あかね」だっちい！

