



4月 駒っ子給食だより

こまがね
あしわおう



あずらんキッチン



教室掲示用

今年度最初の駒っ子給食は、駒ヶ根市で育てられている「しめじ」を紹介します。

4月19日(水)の献立

- ごはん
- おもてなし牛乳
- ソースカツ
- せんキャベツ
- 駒ヶ根しめじのみそ汁
- いちご



“駒っ子給食”は地元で作られている野菜やくだものを使ったり、郷土料理や季節にあわせた料理などを通して、「食べることを大切にする日」にしていきたいと考えています。生産者の方や畑の様子も紹介していきます。教室に掲示して、みなさんで読んでくださいね。

①菌床(しめじが育つもと)づくり



大きなミキサーで材料を混ぜます。1台でびん約1万本ができます!

しめじの菌床栽培を行っています。菌床にはおかくす(木のかけら)を使うことが多いですが、アグリコさんではコーンコブ(とうもろこしの芯をくだいたもの)、米ぬか、ふすま(麦由来)、大豆の皮などの食べ物からできたものを使っています。水分量は65%が1番良い状態なので、朝5時から合計4台、時間をずらしながら動かします。

②培地に菌を入れ、

菌を増やす

【培養室】90日間



奥まで100メートルあるんだって!

この部屋には200万本、長野県の人口位のびんが入ります

よく混ぜて機械を使ってびんに詰め、高圧殺菌器で殺菌します

③菌糸が育ち、白くなったら株になるように形を整える



びんに水が行きわたるように真ん中に穴をあけ水を入れます

⑤きのこを発生させ、大きく育てる【生育室】22日間

森の中の気候を再現しているそうです



④水分を与え、きのこの発生を良くする

たまねぎを作っています



1シーズン90~100トン収穫します

苦手な人もひとくち挑戦! 地元のしめじを味わってね。



これを利用して

収穫が終わった培地やしめじの軸を集めてたい肥にします



⑥いよいよ収穫!



4ヶ月かけておいしいしめじが育ちます



4/27は「駒ヶ根ソースかつ丼の日」

ソースかつ丼による街おこし

「駒ヶ根ソースかつ丼会」では、単に大勢の人にソースかつを食べてもらいたいというだけでなく、駒ヶ根に食べに来て、広く駒ヶ根を知ってもらい、末永く駒ヶ根のソースかつを愛してほしいという思いから「駒ヶ根ソースかつ丼」と「駒ヶ根」を強調して活動をしているそうです。

*駒ヶ根ソースかつ丼の特徴は...

① ボリュームがあること“ガッツリ・ドン”という感じ。

② ソースにカツを浸してからごはんにかけている。

地元で作られているキャベツをのせていることも、駒ヶ根らしさ!



きのこは菌に対してとても繊細な食材。菌が無いと育てることが難しい食材です。私たちががんばる力の源は、みなさんが栄養たっぷりなしめじを食べて毎日元気に過ごしてくれることです。きのこパワーで元気な体を作ってください!そしてアグリコではしめじをどのように作っているのか、工場見学ができるようになっているので、ぜひ来て下さいね!



加藤 昌広さん
おすすめは汁物
夏バテにも○