



ランチタイム5月号



R7. May 白山市立鶴来中学校

新緑が目に鮮やかな季節となりました。5月は1年の中でも比較的過ごしやすい時期ですが、新しい環境への疲れが出てくるころです。栄養も睡眠もしっかりと体調管理に気をつけましょう。

白山手取川ジオパークを食べる

祝2周年!



石川県内で最も広い面積を持ち、山・川・海など、豊かな自然に恵まれた白山市。桑島化石壁をはじめとする地域の地質、地形的価値やそれを活用した教育や観光の取り組みが評価され、2023年5月24日に「白山手取川ジオパーク」が、日本で10か所目のユネスコ世界ジオパークに認定されました。



白山手取川ジオパーク
イメージキャラクター
「ゆきママとしづくちゃん」

私たちの白山市は、お米をはじめ野菜、果物や水産物も豊富です。また、白山麓では豪雪地帯ならではの料理や食材など伝統的な食文化があります。豊かな恵みに感謝して、自然や食文化を大切にしていきましょう。



◇23日は、白山手取川ジオパーク給食

ごはん

白山を源とする豊富な水と肥沃な加賀平野。山合いの気温の寒暖差。その豊かな自然が、給食で毎日食べている「米」を育んでいます。



堅とうふカツ ごまだれ

「堅とうふ」は、雪深い白山麓の冬のタンパク源として、古くから食べられています。堅とうふは大豆の割合が多いので、しっかりと食べごたえと、大豆の濃い味がします。



堅とうふカツレシピ



白山汁

白山ろくの木滑地区で栽培されている「木滑なめこ」と、剣崎地区でとれる「剣崎なんば」が入ったみそ汁です。剣崎なんばは剣崎地区で作られ、ふつうの唐辛子に比べて2倍の長さがあります。辛味は強いですが、後味に甘さとコクがあります。



5月の給食より

◇19日…お話から飛び出した料理

「給食アンサンブル2」

悩める中学2年生の6人が給食をきっかけに変わっていくお話です。人気シリーズの第2弾です。ぜひ図書館で読んでみてください。お話から、「ミートボール」と「クリームシチュー」が登場します。

白山市のホームページに、地場産物を使用した『ケンザッキー・チキン』や松任トマトを使用したメニュー、美川のお帰り鮭を使用したメニューも掲載しています！ぜひ作ってみてください。[学校給食レシピ2（地場産物活用編）](#) | [白山市公式ホームページ](#)