

県内出荷第一位を誇る、安中産『上州ねぎ』 を使用した給食の提供が始まりました



品種	11月		12月		1月		2月	
上州ねぎ								



R6.11.13~R7.2末



問い合わせ
教育部総務課学校給食係
TEL027-382-1111(内線2224)

ANNAKA CITY

『上州ねぎのペペロンチーノ』調理のようす 碓東小学校

安くて美味しい



白い部分が長く太く、使いやすい。切っても葉から水分が出にくく扱いやすい。



甘いので、大量に入れてもトロっと美味しい



ANNAKA CITY

安中産の上州ねぎを使った給食のご紹介



碓東小:上州ねぎのペペロンチーノ



磯部小:上州ねぎのスパゲッティ



後閑小:上州ねぎとキノコのスパゲッティ



給食センター:鶏の香味焼き



第二中:ハンバーグ薬味ソース



東横野小:上州ねぎとなめこのみそ汁



第二中:上州ねぎ入りカレーうどん汁



給食センター:豚肉と季節の野菜丼

保護者、市民向け、周知活動！

給食センター『給食だより12月号』

令和6年度
安中市松井田学校給食センター
(☎027-393-1611)
毎日の給食とレシピを紹介しています

給食だより 12月

上州ねぎってしてる？

地元の野菜を
知ろう！

上州ねぎは、安中で開発して作ったネギ

とくちょう

- ◎太くて、白い部分が長い。
- ◎甘みがある。

おいしいところを
いとと取りした「上州ねぎ」

鍋料理のほか、
様々な料理に使える、
冬の季節限定のねぎです。



冬の給食には、上州ねぎがたくさん使われています。
今月は12/2のチゲ汁に使います。
レシピを載せましたので、ぜひ家でも作ってみてください。

チゲ汁

作ってみませんか

材料
4人分

キムチ	…60g	にら(1cm)	…15g
豚もも肉	…100g	上州ねぎ(小口切り)	…50g
おろししょうが	…2g	木綿豆腐	…100g
おろしにんにく	…2g	みそ	…30g
白菜(2cm)	…100g	厚削り節	…5g
大根(いちよう切り)	…100g	ごま油	…小さじ 1/2
人参(いちよう切り)	…30g	水	…600ml

作り方

- ① ごま油で、しょうが、にんにくを炒めて香りを出す。
- ② 豚肉、人参、大根・キムチを加えて、炒める。
- ③ 厚削り節と水でだしをとり、②に加える。
- ④ 白菜、豆腐、にら、ねぎを加え、煮る。
- ⑤ みそ、ごま油で調味し、完成。

広報あんなか1月号(案)

安中市の学校給食を紹介します！

給食レシピ

☆上州ねぎのペペロンチーノ☆



【栄養成分(1人分)】
エネルギー 251 kcal
たんぱく質 9.1 g
食塩 1.5g

【材料】	【4人分】
スパゲッティー	400 g
ベーコン	4 枚
にんにく	2 片
たまねぎ	小さめ 1 個
とうがらし	お好み
キャベツ	1/8 個
ぶなしめじ	1/2 袋
ピーマン	1/2 個
赤ピーマン	1/6 個
上州ねぎ	1/2 本
食塩	少々
コショウ	少々
オリーブ油	大さじ 1

【作り方】

- ① にんにくはみじん切り、たまねぎは薄くスライス、とうがらしは輪切り、キャベツは食べやすい大きさにざく切り、ピーマン・赤ピーマンは千切り、上州ねぎは斜めに切っておく。
- ② スパゲッティーをゆでる。
- ③ フライパンにオリーブ油、にんにく、とうがらしを入れ、火をつけて炒め、香りをだす。
- ④ ③にカットした野菜を入れ、よく炒める。
- ⑤ ④に②を入れ、塩コショウで味をと



安中市学校栄養士会

おすすめポイント

上州ねぎは甘みが強く、煮物でも炒め物でも万能に使えるねぎです。加熱すると甘みが増して美味しいです！
とうがらしのピリッとした辛さとにんにくのいい香り、上州ねぎの甘さがきいたスパゲッティーです。

今後の学校給食、取り組み



12/3(火)後閑小学校 給食提供 『さんまの上州ねぎソース』

上州ねぎと、安中総合学園高等学校で収穫した安総米、白菜の浅漬け他の献立となります。

地産地消、満載の給食献立です



12/5(木)碓東小学校 給食提供 『上州ねぎ入りの豚キムチ』

上州ねぎと、安中総合学園高等学校セレブキムチ※とのコラボ献立となっています

※安総セレブキムチとは、安中総合学園で受注販売しているキムチ。学校給食用は、食物アレルギーに対応した、原因食品(アレルゲン)リンゴ、えび、いかを入れない、有機栽培による白菜等を使用したもの

