

ことし
今年のいしかりデーは、全5回!!

がつむいか きん だい かいめ
10月6日(金)は、第5回目の

「いしかりデー!!」

いしかり しょくざい つか きゅうしょく
■ 「いしかりデー」は、石狩の食材をたくさん使った給食です ■



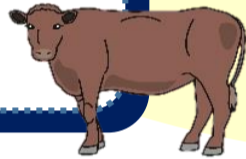
- ★ とれたて新鮮で、おいしい!
- ★ 新鮮だから、栄養がたくさん!
- ★ 作った人の顔が見えて、安心!

メニュー

いしかりさん
石狩産ブロッコリー
サラダ

たろう
さけ太郎のたまご焼き

いしかり
石狩のブランド牛「浜益牛」
をつか
を使った「そばろ丼」



はまますぎゅう
浜益牛のそばろ丼

いしかりし
石狩市のキャラクター
「さけ太郎」の焼き印
がついた、たまご焼き

こんかいちゅうもく しょくざい
今回注目する食材は…

「ブロッコリー」



いま いしかり もっと おお せいさん
今、石狩で最も多く生産されている野菜の「ブロッコリー」。石狩市内では、40軒の生産者さんがいま
す。ブロッコリーは暑さに弱いため、本州では育てることが難しいそうです。そのため、その多くは北海道の特
産品として本州に出荷されています。「いしかりデー」では、新鮮なブロッコリーを味わってもらえるように
「ブロッコリーサラダ」での提供を予定しています。

えいよう
ブロッコリーは、栄養がすごい!!

しょくもつせんい
食物繊維やビタミン、ミネラル（カリウム、
てつ
鉄）などの量は、野菜の中でも
トップクラスの「スーパー野菜」です。



きかく あ かぶ かぶ
規格に合うように、1株1株
てさぎょう か と
手作業で刈り取ります。



せいさんしゃ なりた
◆◆ 生産者の成田さん ◆◆

いしかり
石狩でブロッコリーを作り始めたのは、約
ねんまえ いま ねんかん やく
20年前。今は、1年間で約170トン
せいさん
生産しています。

