

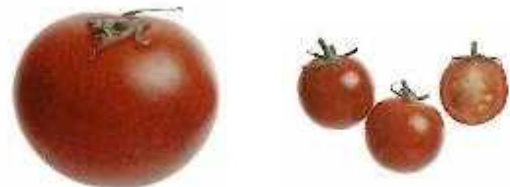
みやづ食の日

宮津市学校給食委員会 献立作成部会

令和8年7月16日



えいようまんてん なつ 栄養満点！夏のトマト！



わくた
和久田さん

トマトの栽培で大変なことは、ホルモン処理、病気、害虫だそうです。

トマトは花粉がめしべの先につくことで実がなりますが、よりたくさんの実がなるように、人の手で花粉の代わりになるホルモン剤という薬をめしべの先につける作業もします。トマトの花1個1個につけていかないといけないので、とても大変です。

また、病気にも注意が必要です。湿度にも弱い植物なので、丁寧にみていかないとけません。

害虫にも気を付けているそうです。タバコガという青虫のような虫が発生することがあり、トマトの実や軸を食べてしまいます。

病気や害虫が発生すると収穫量が減ってしまうので、消毒をするのですが、みなさんに

「安心安全なものを食べてもらいたい。」という思いから、消毒や農薬はなるべく少なめにしているそうです。もちろん、その分農家さんの仕事は大変になります。そんな苦労と思いのつまったトマト、感謝して残さずいただきたいですね。



はな
トマトの花

みやづ ホクホク！宮津のじゃがいも

じゃがいもはナス科の植物で、春に植えて夏に収穫されるため、今が美味しい時期です。

主成分はエネルギーのもとになるでんぷんで、かぜを予防してくれるビタミンCやお腹の調子を整える食物繊維等が豊富に含まれています。

じゃがいもを育てる上で大変なことは草抜きと土寄せと話されていました。農薬をあまり使わないため、草がたくさん生えますが、すべて手作業で抜いて、手間暇かけて育てられています。今日は「夏野菜カレー」に入っています。美味しくいただきます！

よさのうみ福祉会
ビー プラス
be plusさん



まめちしき じゃがいも豆知識



- ①じゃがいもは根の部分ではなく、茎の部分を食べている。
- ②ビタミンCが多いことから、フランスでは「大地のりんご」と呼ばれている。
- ③日本のじゃがいもの約8割は北海道で生産されている。

★クイズ★

Q1 トマトが赤くなると〇〇が青くなる。このことわざの〇〇とは何でしょう。

ア お母さん イ お医者さん ウ 調理員さん

Q2 じゃがいもを育てる上で大変なことは？

ア 草抜き イ 肥料 ウ 土寄せ

