



# 国見町

---

## 食づくり 食の伝承の 取り組み

国見町の食文化を未来に伝承するための  
イベントや復興への活動、新しい国見名物の開発など、  
これまで町民のみならずともに行ってきたさまざまな食の取り組みを紹介します。

# 国見町×桜の聖母短期大学 食育推進プロジェクト2016

2016年  
7月29日(金)

## 地域食生活論

桜の聖母短期大学  
生活科学科食物栄養専攻  
2年生提案

国見町産の桃を使った  
子ども向けおやつレシピ・商品開発



ピーチシフォン  
さんど



サクッと  
ももち-エクレーア



ももむう



はっぴーち  
ぜりり

プレゼンテーション+試食会@くにみ幼稚園



集合写真



試食の様子



試食の様子



投票の様子

# 国見町×桜の聖母短期大学 食育推進プロジェクト2016

## 国見町産の桃を使った ピーチシフォンさんど



私たちが  
提案!

栄養情報

- エネルギー 137kcal
- たんぱく質 2.3g
- 脂質 5.4g
- 炭水化物 20.1g
- 食塩相当量 0.2g

※ふつうサイズ1個あたり



シフォンケーキの中に桃のジャム、  
生クリームの中に桃のコンポートを入れて、  
桃のおいしさを楽しめるようにしました!

## 国見町産の桃を使った サクッとももち-エクレーア



私たちが  
提案!

栄養情報

- エネルギー 148kcal
- たんぱく質 2.2g
- 脂質 8.6g
- 炭水化物 14.7g
- 食塩相当量 0g

※ふつうサイズ1個あたり



桃の風味を感じられるようにクリームの中にも  
桃が入っています。コンポートを一口サイズに  
切ったことで、桃をより感じられます!

国見町×桜の聖母短期大学  
食育推進プロジェクト2016

国見町産の桃を使った  
ももむう



私たちが  
提案!

栄養情報

● エネルギー	196kcal
● たんぱく質	4.9g
● 脂 質	9.2g
● 炭水化物	24.0g
● 食塩相当量	0g

※ふつうサイズ1個あたり



ムースのふわふわ感と、白桃・黄桃2つの  
味が楽しめます。マカロンはくにみももたんの  
顔をイメージしました★

国見町産の桃を使った  
はっぴーちゼリー



私たちが  
提案!

栄養情報

● エネルギー	132kcal
● たんぱく質	1.4g
● 脂 質	4.5g
● 炭水化物	22.6g
● 食塩相当量	0g

※ふつうサイズ1個あたり



香料や着色料を一切使わず、ゼリー、クリーム、  
コンポートに桃を贅沢に使いました。丸くり抜いた  
桃のぷちぷち食感をお楽しみください♥

食育推進の  
地産地消の  
取り組み

くにみ  
幼稚園

【食育教室】

●年少組(平成28年10月6日).....



使用食材:秋野菜(カボチャ、なす、  
ピーマン、ニンジン、しめじ、れんこん)、  
魚(さんま)

●年中組(平成28年6月17日・12月15日).....



●年長組(平成28年8月29日・8月31日).....



使用食材:夏野菜(きゅうり、  
なす、オクラ、トマト、とうもろこし、  
かぼちゃ)、魚(さんま)

国見小  
2年生

### 【いもほり体験】

(平成28年10月31日)



### 【桃の実めぐり体験】

(平成28年6月21日)

国見小  
3年生



### 【笹巻き作り体験】

(平成28年7月14日)

国見小  
4年生

### 【郷土料理作り体験】

(平成29年2月15日)



体験料理：いかにんじん、ひきなირ、豆腐ごはん



国見小  
5年生

### 【田植え体験】

(平成28年5月6日)



国見小  
5年生

### 【稲刈り体験】

(平成28年10月3日)



国見小6年生 ×  
桜の聖母短期大学生

## 給食交流

(平成28年9月29日)



国見小  
6年生

## バイキング給食

(平成29年2月2日)

### MENU

- |                                |                         |
|--------------------------------|-------------------------|
| ■主食                            | ■汁物                     |
| 焼きおにぎり、いなりずし、<br>クロワッサン、バターロール | コンソメスープ                 |
| ■主菜                            | ■果物                     |
| チーズオムレツ、ハンバーグ、<br>白身魚フライ、からあげ  | オレンジ、キウイフルーツ、<br>パイナップル |
| ■副菜                            | ■デザート                   |
| れんこんサラダ、<br>ブロッコリーサラダ          | 青リンゴゼリー、ももゼリー           |
|                                | ■飲み物                    |
|                                | 牛乳                      |



## セレクト給食

(平成29年2月16日)

県北中  
3年生

### MENU

- |                            |                        |
|----------------------------|------------------------|
| ■主食                        | ■汁物                    |
| チョコマーブルパン or<br>フルーツミックスパン | マカロニクリーム煮              |
| ■主菜                        | ■デザート                  |
| えびフライ or 鶏肉の唐揚げ            | ストロベリームース<br>or チョコムース |
| ■副菜                        | ■飲み物                   |
| ツナサラダ                      | 牛乳                     |

国見小  
6年生

## 国見の食材を活用した給食献立づくり

(平成28年11月1日)



考案メニュー 12/2

麦ごはん、牛乳、  
さけの塩こしょう焼き、  
野菜ソテー、とん汁



考案メニュー 12/9

麦ごはん、牛乳、  
いかフライ、  
海藻サラダ、とん汁



考案メニュー 12/19

麦ごはん、牛乳、  
さばのみそ煮、  
マカロニサラダ、とん汁



考案  
メニュー 11/11

ごはん、牛乳、  
豚ロースてりやき、  
野菜ソテー、  
ミニトマト、  
コンソメスープ



県北中  
1-3年生

考案  
メニュー 12/7

ごはん、牛乳、  
親子丼、  
みそ汁、  
つけもの、  
りんご



献立を考える  
6つのポイント

- |              |                      |              |
|--------------|----------------------|--------------|
| 1 栄養バランス     | 2 値段(小・266円)(中・308円) | 3 好み         |
| 4 衛生(加熱したもの) | 5 彩り(見た目)            | 6 和・洋・中(組合せ) |



くにみ幼稚園・国見小・県北中

【大好き国見!給食】

(平成28年9月9日)

国見産の『こしひかり』、  
たつみや肉店さんの『豚ロースごまみそ焼き』、  
樋口豆腐店さんの『豆腐、油揚げ』など  
国見の食材をたっぷり使ったメニュー

いただきます。  
ふくしまさん給食  
国見町郷土食

(平成28年10月24日)

「国見町食卓図鑑」より  
『具だくさんおから炒り煮』『けんちん汁』  
たつみや肉店さんの『メンチカツ』など  
国見で受け継がれているわが家の味と名物  
を取り入れたメニュー



「国見町食卓図鑑  
2016(第1弾)」  
(国見の家庭料理163品の  
レシピの中から

28年度学校給食の  
献立に採用され、  
子どもたちに  
くにみの味を伝えています!



10月～ 春菊の和えもの(P71)、ポテトサラダ(P84)、きゅうりと油揚げの和え物(P70)、  
具だくさんのおから炒り煮(P28)、けんちん汁(P79)

11月～ りんご入りサラダ(P84)、彩きんぴら(P31)、隠し味が沢山入った意外なカレー(P81)、  
野菜のチーズとじ(P39)、大根とほうれん草のマヨネーズあえ(P70)

12月～ 小豆・かぼちゃ・さつまいも煮(P28)

1月～ 山菜おこわ(P12)、赤飯(P12)、菜っぱもち(P15)、ごぼうごはん(P13)、  
法蓮草のお浸し(P74)、ばあちゃんの野菜たっぷりピザ(P83)