

7月食育だより

恵庭市学校給食センター

野菜のおはなし



私たちの食生活に欠かせない野菜を安定して届けるため、国では「指定野菜」と「特定野菜」を定めています。指定野菜とは、全国的に流通し、特に消費量が多く重要な野菜のことで、2026年4月からは、ブロッコリーが新たに加わり、全部で15品目となりました。

これらの野菜は、南北に長い日本列島の気候の違いを生かし、季節ごとに産地を切り替える「産地リレー」によって、1年を通して安定的に生産されています。

ブロッコリーが「指定野菜」に仲間入り!

指定野菜
15品目

New
ブロッコリー
(2026年4月~)



なす

にんじん

ねぎ

はくさい

ピーマン

レタス

たまねぎ

じゃがいも

ほうれんそう

ブロッコリーはこんな野菜!

- キャベツと同じアブラナ科の仲間
 - 食べる部分は花のつぼみと若い茎
 - β-カロテン、ビタミンC、ビタミンK、葉酸など
栄養たっぷりの緑黄色野菜
 - 本来の旬は冬で、寒さにあたると甘みが増す
- 主な産地：北海道、埼玉県、愛知県、香川県 など



栄養
たっぷり!

特定野菜とは?

地域農業振興などの観点から、指定野菜に準ずる野菜として、かぼちゃ、ごぼう、こまつな、にら、れんこんなど34品目が定められています。



今月の恵庭産野菜使用予定

| | | | |
|---------|-----|--------------|-----|
| 大根⇒ | 小学校 | : 6,10,14,17 | 日 |
| | 中学校 | : 7,8,14 | 日 |
| キャベツ⇒ | 小学校 | : 3,6,7,8,24 | 日 |
| | 中学校 | : 1,6,9 | () |
| 茄子⇒ | 小学校 | : 16 | 日 |
| | 中学校 | : 9 | 日 |
| ブロッコリー⇒ | 小学校 | : 24 | 日 |
| | 中学校 | : 24 | 日 |

のっぽろぐりーんくらぶ

野幌緑菜倶楽部さんより

旬のブロッコリーが寄贈されます

恵庭の子どもたちに自分たちの住んでいるところで「おいしいブロッコリーがたくさんとれる」ことを知ってほしいと、今年も野幌緑菜倶楽部(のっぽろぐりーんくらぶ)から恵庭産の旬のブロッコリーが寄贈されることになりました。

おいしく調理して子どもたちに届けたいと思っていますので、楽しみにしててください。