

三郷市でとれる食材を知ろう

三郷市は都市近郊農業が盛んで、主に米やトマト・キュウリ・枝豆などの夏野菜、きのこ・ほうれん草・フロッコリー・白菜・長ねぎなどの冬野菜が生産されています。その中でも小松菜は、全国有数の収穫量をなっています。

☆☆給食で使われている地場産食材☆☆



小松菜

三郷の小松菜の生産量はトップクラス！

小松菜の生産量は、埼玉県が全国でトップ。三郷市でも多く生産されています。寒さに強い野菜で、ビタミンA・C、カルシウムを多く含む冬の野菜の代表選手です。ほうれん草と形が似ていますが、あくが少なく食べやすい野菜です。



小松菜ハウス



冬の野菜、長葱を春夏に作る？！

長葱は冬の野菜ですが、三郷では春夏にも長葱を作って市場へ出荷しています。辛み成分の硫化アリルを含み、血液をサラサラにしてくれます。



ねぎ畑

長ねぎ

玉ねぎ



いろいろな料理に大活躍の玉ねぎ！

玉ねぎの旬は春と秋です。給食では主に春に三郷市産の玉ねぎを使っています。1個1個がとても大きく、新鮮で甘みがあるおいしい玉ねぎです。玉ねぎは長葱と同じように硫化アリルを含んでいて、血液をサラサラにしてくれる効果があります。