

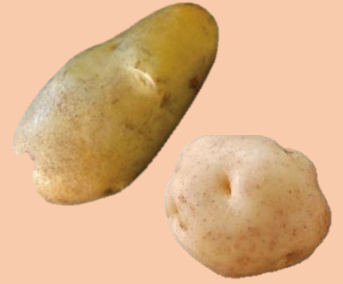
学校給食でよく使う食材

じゃがいも

学校給食での使用量

No.2!*

※野菜・果実等のうち

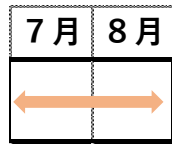


県内の主な産地

県内では水田を利用して栽培する地域が多く、植付機や掘取機を導入することで大規模生産に取り組んでいます。



出荷時期/ ← →



R2 県内の主な販売量 107t
(上記産地以外含む)

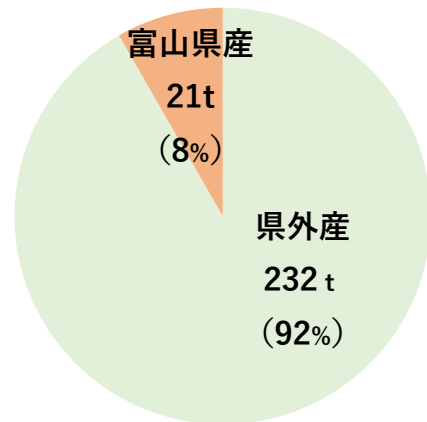
栄養

じゃがいもの主成分はでん粉ですが、ビタミンCはりんごの倍以上、ほかにもビタミンB1、ビタミンB6、ナイアシン等が含まれています。高血圧予防やむくみ改善にも効果的なカリウム、腸内環境を改善する食物繊維等も豊富です。

参考：「農畜産業振興機構 野菜ブック」

学校給食での使用状況

R2 総使用量 253t



献立の活用状況

みそ汁やスープの具にも使用します。

主な献立と一人分の使用量



肉じゃが 50g



そぼろ煮 50g



ジャーマン
ポテト 50g



ポテトサラダ 40g

