

むらきゅうしょく とれたて村給食だより

9月

ながのけんこまがねし
長野県駒ヶ根市からぶなしめじをお届けするっちい！



板橋区食育キャラクター

こまがねし ながのけん なんぶ
駒ヶ根市は長野県の南部にあります。
やま かん しぜん ゆた まち
山に囲まれた、自然が豊かな町です。



しめじができるまで

1 しめじ菌のうえつけ

①



① しめじの栄養になる“とうもろこしの芯”や“米ぬか”などを機械で混ぜて、直径10 cm、高さ15 cmのビンの中に入れます。

② 中心に穴をあけ、機械でしめじ菌をうえつけます。

③ 一定の温度にした部屋でビンの中を菌でいっぱいにします。

④ 約3か月後、ビンの中にしめじの菌がまわり、白くなります。

2 菌かき

〈菌かき前〉



〈菌かき後〉



しめじが生えやすいように表面を整え、水を加えます。

3 芽だし



暗い部屋で育てていくと、ぷつぷつときのかが出てきます。

4 生育

太陽の代わりに明るい照明を当てて、育てます。



どんどん大きくなっているっちい



〈菌かきから16日目⇒18日目⇒22日目〉

〈産地の方からメッセージ〉

栄養たっぷりのきのこを食べて、毎日元気に過ごして
くれることが私たちの頑張る力になります。

ぜひ、きのこパワーで丈夫な体を作ってください。

5 収穫・包装

菌かきから約3週間後、収穫し、袋に詰め
て出荷されます。

