

学校給食でよく使う食材

キャベツ

学校給食での使用量

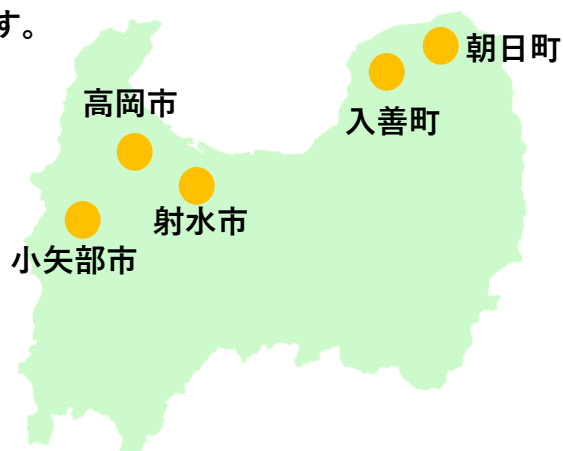
No.3!※

※野菜・果実等のうち



県内の主な産地

富山県では、主に水田を利用して栽培しており、春に種をまいて夏に収穫する夏キャベツ、夏にまいて秋に収穫する秋キャベツ、秋にまいて春に収穫する春キャベツなどがあります。



出荷最盛期/◎

出荷時期/↔

5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月
↔					◎	◎
↔					↔	

R2 県内の主な販売量 199t

(上記産地以外含む)

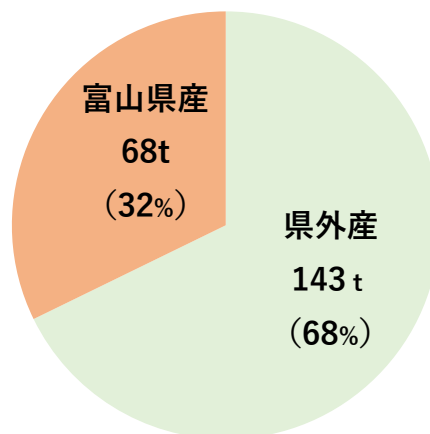
栄養

キャベツには骨の健康維持や止血に働くビタミンKのほか、風邪予防や疲労回復に効果的なビタミンC、腸内環境を改善する食物繊維が豊富に含まれています。

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 211t



献立の活用状況

給食で人気の焼きそばや回鍋肉にも、キャベツがたくさん使われます。

主な献立と一人分の使用量



焼きそば 50g



ピリ辛炒め 30g



ボルシチ 25g



キャベツたっぷり
スープ 60g