

かいし とくさんひん 甲斐市の特産品

こう しゅう こ うめ
甲 州 小 梅



QRコードを読み取って、
おうちの人とも動画を
見てみよう！

こうしゅうこうめ とくちょう 甲州小梅の特徴

1. かいしさん 甲斐市産

2. えいようほうふ 栄養豊富

3. いろいろなへんしん たべものに変身

うめ き
梅の木



きゅうしょく つか こうしゅう
給食で使われている甲州
こうめ かいしゅうしゅう うめ
小梅は甲斐市牛久保にある梅
の里でつくられています。
こうしゅうこうめ えどじだい お
甲州小梅は、江戸時代の終
わり頃には、すでに山梨県
の特産品になっていたとの
きろく のこ
記録が残っています。

うめ てつぶん
梅には、鉄分・ビタミンE・
カリウム・クエン酸といった
えいようそ さん かく
栄養素がたくさん含まれて
います。
からだ すいぶんちようせつ
体の水分調節をしてくれ
たり、疲れをとってくれたり、
た べもの くさ かせ
食べ物が腐るのを防いでく
れる 働き もあります。

こうしゅうこうめ みちか
甲州小梅は身近ないろい
ろな食べ物に変身していま
す。
うめ うめづ うめ
梅ぼしや梅漬け、梅シロッ
プや梅酒、梅ジャム、お菓子
や料理など、いろいろな
かこうひん うめ
加工品にすることで、梅の
おいしさをより引き出すこ
とができます。

きゅうしょく しょうかい 給食メニュー紹介

こうしゅうこうめ うめ つか きゅうしょく こんだて
甲州小梅の梅ジャムを使った給食には、こんな献立があるよ。



がっこう とど うめ
学校に届いた梅ジャムです。
これでおいしい梅ジャムソース
をつくっています！



とりにく うめ
鶏肉の梅ジャムソースがけ
ができました！
とってもおいしそう～☆



かいし えいようしかい
甲斐市栄養士会

