

# いきいきお野菜

## 10月の主役 マコモタケ



10月の給食に使用される『マコモタケ』は、「氷見市マコモタケ組合」の方々が作っておられます。

『マコモタケ』は、たけのこのような見た目をしていますが、お米と同じイネ科の植物です。成長すると葉の高さは2m以上にもなり、その内食べられるのは膨らんだ茎の部分だけです。収穫時は、手作業でひとつひとつ鎌を使用して刈り取られます。

食物繊維が豊富で、シャキッとした食感が特徴的なマコモタケをぜひ味わってみてください。



公益財団法人  
富山市学校給食会

