

# 6月の市制施行 20 周年記念献立 テーマ：「みらいりんぞう」の好きなもの給食

献立：市内産米粉パン、牛乳、りんぞうメンチ、三色サラダ、市内産野菜のポトフ（伊奈高生コラボ）

金芽ポンむすび

Aブロック：6月11日（木） Bブロック：6月26日（金）



探検家間宮林蔵にあこがれ、未来の世界からやってきたヒバリの子。

つくばみらい市の豊かな自然や歴史、未来を見つめる夢に満ち溢れた人たちが大好きになり、つくばみらい市に住むことに決めました。8年の活動実績が認められ、令和6年9月1日付でつくばみらい市 市民経済部 産業経済課 主事 として、正式に市の職員に任命されました。産業経済課 主事として、市民の皆さんとたくさんふれあいながら、市の魅力を掘り起こす冒険をしています。

市民の皆さんが大好きな、”みらい” から来た小さなヒバリの冒険家、みらいりんぞうをよろしくお願ひします！

### 【プロフィール】

名前：みらいりんぞう 所属：市民経済部 産業経済課 主事

誕生日：2016年3月27日（市制施行 10周年記念式典の日）

年齢：永遠の5歳 性別：男の子

性格：お調子者で好奇心いっぱい。寂しがり。大勢のみんなに囲まれていないと、寂しがり、ぼやきが出てしまうことも。

チャームポイント：1度見たら忘れられない頭の三重塔

特徴：未来を見つめるキラキラな凛々しい目元。いろいろな種類の髪飾り

口癖：言葉尻に「～ぞう」

好物：つくばみらいの特産品（なかでもおにぎりが好き）

特技：探検、季節に合わせたコーディネート 憧れている人：間宮林蔵 苦手なこと：字を書くこと

## みらいりんぞう着せ替えクイズ！いつの季節かわかるかな！？

（答えは右下にあるぞう）



6月のテーマは、ぼく「みらいりんぞう」だぞう!!

ぼくがテーマの給食なんて夢みたいだぞう！

ぼくの大好きなつくばみらい市の特産品がたくさん使われているし、一番好きな「おにぎり」もできるんだぞう！

## 伊奈高生が考えた！ 市内産野菜のポトフ



ざいりょう 小学校3～4年生 材料(4人分)

- ・ウインナー(6mm小口切り) 3本
- ・じゃがいも(さいの目切り) 80g
- ・にんじん(いちよう切り) 60g
- ・玉ねぎ(くし切り) 80g
- ・ねぎ(斜め薄切り) 40g
- ・キャベツ(短冊切り) 60g
- ・水 420ml
- ・コンソメ 1個
- ・塩 少々
- ・こしょう 少々
- ・ローレル粉 少々

### ポイント

- ・じゃがいも、にんじんから先に煮るとやわらかく仕上がる！
- ・アクを取ると、スープがすっきりした味になる！



### 作り方

- 鍋に水を入れて、じゃがいも・にんじん・玉ねぎを入れて火にかける。
- 沸騰したらアクをとる。
- コンソメを入れて5～7分煮る。
- ウインナー・キャベツ・ねぎを入れる。
- さらに5分ほど煮る。
- 塩・こしょう・ローレル粉で味を調えたら完成♪

### メッセージ

市内産野菜のポトフは、みんなが住んでいる地域で育った野菜を味わってみたいと思い、考えました。野菜を育ててくれた人や、作ってくれた人に感謝しながら、食べてもらえたら嬉しいです！

伊奈高生が市内産の食材をもっと食べてもらいたい！特産品についてもっと深く知ってもらいたいという思いを込めて献立を考えてくれたぞう。



ぼくは、平成27年9月1日から9月30日にかけて行われたイメージキャラクター総選挙で、全国から寄せられた465作品の頂点に立ち、つくばみらい市のイメージキャラクターに選ばれたんだぞう。