

# ふるさと給食だより

## & 学校給食1日まるごと大分県

# おおいた 大分のんき どじょう

どじょうは、水田や湿地に住んでいて農村部では、昔から食べられてきました。「宇佐養魚株式会社」では、臭みのないおいしいどじょうが養殖されています。取材をすると、さまざまな工夫がされていることがわかったのでご紹介します。



どじょうを育てている日高さん

## どじょうが育つまで



20~25℃の温泉水で育てられています。



どじょうの様子を観察して与える量を調整しています。



生まれたばかりのどじょうは約1.5mmでとても小さいです。3cmくらいになると、この大きな水そうで育てられます。

エサは、1日に約12回、2時間ごとにあげます。どじょうには胃がないため、こまめにエサをあげる必要があります。どじょうはもともと泥の中でくらしているの、水もにごらせて暗くするようにしています。



出荷前には、きれいな水に2~3日泳がせます。



生きたまま届くように、酸素を詰めて出荷されます。

出荷先は、6割が東京、2~3割が北陸地方へ残りの1~2割が地元や四国地方です。



## 給食では…

どじょうの からあげ として登場します!



## どじょうの 栄養

**たんぱく質**

おもに体を作るもとになるはたらきがあります。筋肉や血のもとになります。

**カルシウム**

歯や骨のもとになります。骨を強くするためには成長期の頃にしっかりカルシウムを取っておく必要があります。

**ビタミンD**

ビタミンDは、おもに魚やきのこ類に含まれ、骨を強くするのを助けます。太陽の光を浴びることで体内でも作られます。

外で遊んだり、運動をしたりすることは骨を丈夫にするためにとても大切なことなんだ!

