

# とれたて村給食だよ！

10月

長野県駒ヶ根市からぶなしめじをお届けするっちい！



板橋区食育キャラクター

長野県駒ヶ根市は長野県の南部にあります。東に南アルプス（赤石山脈）、西に中央アルプス（木曾山脈）の3千メートル級の山々を、街から望むことができます。

長野県駒ヶ根市



## しめじができるまで

### 1 しめじ菌の植えつけ



直径 10 cm  
高さ 15 cm



しめじは栄養豊富な培地が入ったビンの中に菌を植えつけて育てます。約3か月かけてビンの中を菌でいっぱいにします。

### 2 菌かき

〈菌かき前〉



〈菌かき後〉



しめじが生えやすいように培地の表面をととのえ、水を加えます。芽が出るためには室内を乾燥させてはいけません。蛍光灯の発熱により室内が乾きやすくなるので、室内を暗くしています。

### 3 芽だし



暗い部屋で育てていくと、ぷつぷつと子実体（きのこ）が出てきます。しめじの傘も茶色くなります。

### 4 生育

どんどん大きくなっているっちい



〈菌かきから 16日目⇒18日目⇒22日目〉

太陽光の代わりに照明を明るくした生育室で育てます。光があたることで茎が伸びすぎるのを抑え、傘を形成し、株をきれいに形作ります。

### 5 収穫・包装



菌かきから約3週間後、収穫し、形態(株、カットバラ)や重さごとに、袋に詰めて出荷されます。

産地の方からメッセージ

栄養たっぷりのきのこを食べて、毎日元気に過ごしてくれることが私たちの頑張る力になります。ぜひ、きのこパワーで丈夫な身体を作ってください。