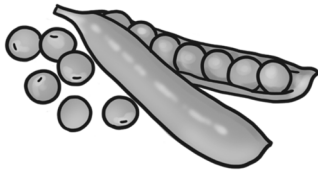


食べてみよう！旬の豆

初夏になると、若どりの豆がたくさんとれます。5月の給食では、グリーンピース、そら豆、さやいんげんを使用します。この時期ならではの味を楽しんでくださいね。

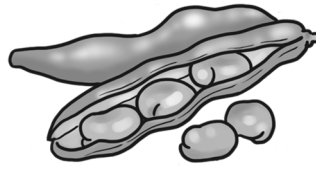
グリーンピース



若い豆を食べます。たんぱく質や、炭水化物などの栄養がとれます。食物繊維やビタミンも豊富に含まれています。

★5/9（月）
「グリーンピースごはん」

そら豆



豆は、ふわふわしたさやに包まれています。さやが空に向かって伸びることから「そらまめ」の名前がつけました。

★5/17（火）
「ゆでそら豆」

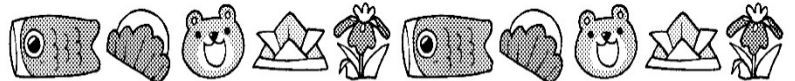
さやいんげん



給食でよく使われるさやいんげんは「三度豆」とも呼ばれ、夏にかけてたくさん収穫できます。カロテン、ビタミンB群が豊富です。

★5/26（木）
「コーンピラフ」
★5/31（火）
「五目うま煮」

5月の献立から



5月11日（水）よもぎ団子

白玉粉と上新粉によもぎを混ぜて生地を作り、一つ一つ手で丸めてお団子にします。お団子にはきな粉をまぶします。旬のよもぎの味と香りを楽しみましょう。

5月19日（木）トックスープ フルコギ 世界の料理：韓国

「トックスープ」は、韓国のおもちが入ったスープです。「フルコギ」は韓国の代表的な肉料理で、甘辛い味が特徴です。韓国では牛肉を使いますが、給食では豚肉で調理します。

<5月の食材の主な産地(予定)>

食材名	産地	食材名	産地	食材名	産地	食材名	産地
にんにく	青森県	じゃがいも	鹿児島県	だいこん	千葉県	にら	栃木県、茨城県
しょうが	高知県、長崎県	ねぎ	千葉県	こまつな	埼玉県	デコボン	熊本県
にんじん	徳島県、静岡県	さといも	埼玉県	キャベツ	神奈川県	メロン	茨城県
たまねぎ	佐賀県、兵庫県	グリーンピース	鹿児島県	パセリ	静岡県	米	青森県
ごぼう	青森県	そら豆	鹿児島県	えのきたけ	長野県	鶏卵	栃木県
セロリ	静岡県	さやいんげん	鹿児島県	ピーマン	茨城県	豚肉	埼玉県 茨城県 岩手県 青森県 群馬県 北海道
もやし	栃木県	ほうれんそう	埼玉県	黄ピーマン	高知県	鶏肉	北海道 青森県 群馬県
きゅうり	埼玉県	はくさい	茨城県	たけのこ	福岡県、静岡県	牛乳	東京都 群馬県 山梨県 岩手県 青森県 秋田県 宮城県 北海道

☆ 給食費納入のお願い ☆

今月の引き落とし日は、**5月6日（金）**です。残高のご確認をお願いいたします。