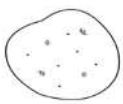


給食だより 5月

練馬区立早宮小学校
校長 今村 理恵
栄養士 中 智子

風薫る5月。5月のことを【皐月】と呼びますが、これは早苗(稲の苗)を植える月、という意味があります。緑がいいきいと輝く早苗が、皆さんのもとに美味しいお米として届くまでどのくらいの月日がかかるのか、調べてみてはいかがでしょうか。

【季節の食材】



新じゃが



新たまねぎ



そらまめ



グリピース



アスパラガス

クイズ

Q. アスパラガスの名前の由来はなーんだ？

明日にはすばらしく伸びるから
たくさん食べるとおならが出るから
ギリシヤ語で新芽を意味する言葉から

こたえはこのページの右下に！

春の味 ～山菜を味わおう～

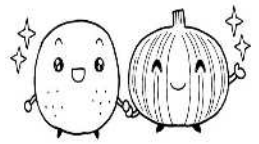
山菜と野菜の違いを知っていますか？
文字通り、山などに自然にはえているものが山菜、畑などで人が育てたものが野菜です。
雪がとけた3～5月に収穫できる、まさに“春”を味わうことができる食材です。

5月28日(水)の給食には

山菜おこわが登場します！春の味を楽

しんで、残さず食べましょう。

ぼくたち新入生



お店に並ぶたまねぎは、収穫後に1ヶ月くらい乾燥させてから置かれます。しかし、この時期でまわる新たまねぎは掘ってすぐに出荷するもので、**やわらかくて甘み**があります。

新じゃがいもも掘り立てをすぐに出荷します。皮がとても薄いので、そのまま調理して食べられます。

どちらも**水分を豊富に含んでいてとてもみずみずしい**のが特徴です。この時期しか味わうことの出来ない新たまねぎ・新じゃがいもの、普段との味の違いを感じながら食べてみましょう。

端午の節句に“ちまき”を食べよう！

昔、中国では5月に起こる災いをはらうために、香りの強いショウブという花を飾り、**ちまき**を食べる習慣がありました。その習慣が日本へも伝わり、現在にも受け継がれています。

童謡の【背くらべ】という曲の歌詞にも、この日にちまきを食べる様子が歌われています。

(歌詞 一部)

柱の傷は おととしの

ちまき たべたべ 兄さんが

五月五日の 背くらべ

計ってくれた 背のたけ



学校給食費の徴収にご協力をお願い致します。

今月の引き落とし日は、**5月27日(火)**です。

事前に口座の残高をご確認ください。

1年生は6月より徴収が始まります。

クイズのこたえ：

『新芽』の言葉通り、土から出てくるようすは、まさに芽が出てように見えます。

1日に5～6cm伸びることも

あるので、収穫の時期、農家の方は大忙しです。

