



# 給食だより 5月号

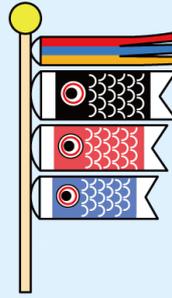
練馬区立旭町小学校  
校長 道山 正史  
栄養士 宮澤 優依  
平成31年 4月26日  
家庭数配布

新年度が始まって1か月が経ち、新しい環境になれてきたころでしょう。そして、新しい年号になる日が目前に迫ってきました。いよいよ10連休が始まります。みなさんそれぞれ、いろいろなところに出かけたり、お家で過ごしたりすることでしょう。生活リズムが乱れないよう早寝早起きを心掛けて、元気に5月を迎えましょう。



## たんご せつく 端午の節句

端午の節句はもともと中国の厄除けの行事でした。奈良時代に日本に伝わってきて、田植えの頃に行われていた豊作を祈るお祭り結びついたものが、男の子の成長を祝う行事となり、現在にも伝わっています。柏もちには、柏の葉は新しい葉が出てくるまで古い葉が落ちないことから、跡継ぎが途絶えないようにという思いがこめられています。



## ～4月食材産地～

豚肉—群馬・青森 鶏もも肉—岩手  
豚挽き肉—岩手・青森 豚レバー—群馬 鶏胸肉—山梨 鶏がら—長野 緑豆春雨—タイ  
しょうが—長崎 冷凍グリーンピース・レンズ豆—アメリカ もやし—栃木 鶏卵—栃木 大根・長ねぎ—千葉 チーズ—オーストラリア 人参—徳島 カットわかめ—三陸 ひよこ豆—カナダ  
じゃがいも—鹿児島 にんにく—青森 昆布・たまねぎ・大豆・冷凍ホールコーン—北海道 チンゲンサイ—静岡 りんごジュース—熊本 キャベツ—愛知 ぶなしめじ—長野 パセリ・白菜・ピーマン—茨城 さやいんげん—沖縄 きゅうり—群馬 ほうれん草—千葉・埼玉 ごぼう—青森 なら—栃木 サワラー—韓国 えび—ミャンマー 鮭—北海道・三陸 アジ—鳥取

## 5月 給食献立から

### 7日★中華おこわ・抹茶ゼリー

5月5日の端午の節句にちなんで、ちまきの中身の中華おこわと5月2日の八十八夜にちなんで抹茶ゼリーをデザートにした5月の行事食献立です。おこわはモチモチ・たけのこの食感がいいアクセントになります。デザートは抹茶のほろ苦さとあんこの甘さがよく合います。

### 13日★グリーンピースご飯

2年生が生活科の授業でグリーンピースのさやむきをします。豆は春から初夏にかけて旬を迎える野菜です。当日の給食では、甘い豆のおいしさを味わってほしいです。

### 28日★空豆

1年生が生活科の授業で空豆のさやむきをします。毎年、ゆでた空豆をそのまま味わっていましたが、今年はかき揚げにしてみます。春らしい、鮮やかな彩りの新メニュー！かき揚げをお楽しみに★

### 17日★かつお

春のかつおは「初かつお」とよびます。春に北上するかつおで油は少なくさっぱりしています。にんにくやししょうがなど、香味野菜が入ったタレにつけ込み、カラッと揚げます。

## 4月生乳予定産地

東京、群馬、山梨、岩手、青森、秋田、宮城