

～きゅうしょくしつだより～

はらぺこ

こんだて きゅうにゅう むぎい はん や
 きょうの献立は「牛乳・麦入りご飯・焼きししゃも・

ぶたにく あつあ みそいた き み ぼ じる
 豚肉と厚揚げの味噌炒め・切り三つ葉のかきたま汁」で

み ぼ か しょくぶつ ねみ ぼ き み ぼ
 す。三つ葉はセリ科の植物で、根三つ葉・切り三つ葉・

いとみ ぼ ねみ ぼ はる たね は
糸三つ葉とあります。「根三つ葉」は春に種をまき、葉

ちじょう で ねっ しゅうかく
 が地上に出たら根付きのまま収穫します。

き み ぼ ひかり しゃだん そだ は ひら
 『切り三つ葉』は光を遮断して育て、葉が開くころに

ひかり あ みどりいろ ねもと き しゅうかく
 光を当てて緑色にして根元を切って収穫します。1

がつ しゅん やさ しょっかん じょうひん かお とくちょう
 2～2月が旬で、優しい食感と上品な香りが特徴
 です。

いとみ ぼ あおみ ぼ よ すいこうさいばい
 『糸三つ葉』は青三つ葉とも呼ばれ、水耕栽培されてい

ねもと ひかり ねもと あお
 て、根元まで光があたっているので根元も青いです。