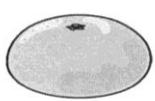


**3月 9日 (火)**



# はっさく

はっさくは、12月ごろから収穫が始まります。そればかりのはっさくは、酸味が強いため、1、2か月ほど置きます。酸味が弱くなって食べごろになる2月から3月に、たくさん出回ります。

袋を開いて、果肉の部分を食べましょう。



## きょうのこんだて

コッペパン (バター)  
ぎゅうにゅう  
えびとやさいのいためもの  
ちゅうかがゆ  
はっさく

き	おもにエネルギーのもとになる コッペパン、でんぱん ごまあぶら、バター あぶら、せいはくまい
---	---

あか	おもにからだをつくる ぎゅうにゅう、えび にくだんご
----	----------------------------------

みどり	おもにからだのちょうしをととのえる もやし、にら、たまねぎ、 にんじん、しょうが、はくさい にんにく、だいこん、しいたけ チンゲンサイ、はっさく
-----	--

クイズワ はっさくの原産地は、どこでしょうか。  
① 鳥取県 ② 広島県 ③ 岡山県

## 一口メモ

○今日はデザートに「はっさく」がつきます。

はっさくは、日本が原産のくだものです。

江戸時代に瀬戸内海の島である広島県因島市の

お寺でぐう然に発見されました。

はっさくは、漢字で書くと「八朔」と書きます。

これは旧暦の8月1日のことです。1日のこと

を「朔日」とよんでいました。旧暦の8月1日は

「八月朔日」です。これを略して「八朔」と名前が

つきました。はっさくを発見したお寺の住職が、「八朔」のころには、食べられると言った  
ことが名前の由来です。

みかんのなかまでも、はっさくは、果汁は少なめです。

スッキリした酸味にほのかな苦みがあります。

はっさくには、ビタミンCがたくさん入っています。

今の時期に、めんえき力を高めるためにもしっかりと

食べたいくだものです。今日のはっさくは、和歌山県産です。

【おまけクイズ】 はっさくのように、日本原産のくだものはどれでしょうか。

① かき

② すいか

③ りんご

チンゲンサイ	愛知県	たまねぎ	北海道	しょうが	高知県
にんじん	鹿児島県	はくさい	兵庫県	にら	大分県

ごみの分別口普通ごみ…牛乳ストロー、袋

クイズの答え：② おまけクイズの答え：①

