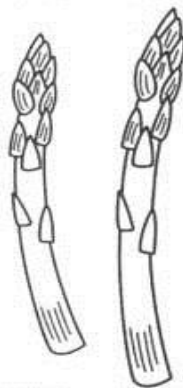


5月分の給食【5/1(木)～5/30(金)】

# 5月20日(火)

グリーンアスパラガスは、若い芽と  
茎の部分を食べています。

カロテン、ビタミンB<sub>2</sub>を含む  
緑黄色野菜です。



## グリーンアスパラガス

きょうのこんだて

かつおのマヨネーズやき  
フレッシュトマトのミネストローネ  
グリーンアスパラガスのソテー  
おおがたコッペパン  
バター(キューブ)  
ぎゅうにゅう

あ か	(おもにからだをつくる) ぎゅうにゅう・かつお・ けいにく・ベーコン
き	(おもにねつやちからのもとになる) おおがたコッペパン・ バター(キューブ)・ マヨネーズ・マカロニ・ オリーブあぶら・さとう・ サラダあぶら(めんじつ)
み ど り	(おもにからだのちようしをととのえる) たまねぎ・キャベツ・トマト・ にんじん・ににく・パセリ・ グリーンアスパラガス

クイズ 12 5月にとれるかつおを「初がつお」といいます。秋にとれるかつおを何というでしょう?

① 返りがつお

② 戻りがつお

③ おいしいかつお

### 一口メモ

今週は、「食育週間」です。「上福の自然」を満喫しましょう。

○新食品の登場です。「バター(キューブ)」です。

食パンや大型コッペパンには、パン添加物がついて  
いますね。ソフトマーガリン、いちごジャム、ブルー  
ベリージャム、はちみつ、りんごジャムなどです。

それに加えて、今年は数種類のパ  
ン添加物が増えます。



重さは5gです。冷蔵庫では固まっていますが、常温では  
すぐにやわらかくなります。じょうずにぬりましょう。

○4月は、上福の果樹などに、たくさん花が咲いているのがとてもきれいでした。5月になって、  
その花の後に、小さな実がなっている果樹を見つけることができます。学年ごとに、「上福  
の自然」を見つける週間にしてほしいと思います。



実際に、自分の  
目で、「上福の自  
然」を見つけに  
行こう。



### 産地調べ

かつお	太平洋	キャベツ	兵庫県	パセリ	香川県
たまねぎ	兵庫県	トマト	熊本県	グリーンアスパラガス	長野県

ごみの分別 ☐ 普通ごみ…牛乳キャップ・バターの包み ☐ 今日のプラごみ…牛乳フード

クイズの答え：② 植物の名前：左上からはっさく、みかん、りんご、なし、ぶどう、右下かき、びわ、キウイフルーツ、イネ