

5月10日(火)

かわちばんかん

かわちばんかんは、^{くまもと}熊本市の^{かわちまち}河内町で^{はっけん}発見された
みかんの仲間^{なかま}で、^{はな}あたたかいところで^{そだ}育ちます。
^{がつ}5月ごろに^{はな}花がさき、^み実がで
^{はる}ます。実が^{なつ}ふくらんでから^{しゅうかく}冬を
^こ越し、^{はる}春から^{なつ}夏に^{しゅうかく}収穫します。



きょうのこんだて

コッペパン(いちごジャム)
ぎゅうにゅう
コーンクリームシチュー
キャベツときゅうりのサラダ
かわちばんかん

き	おもにエネルギーのもとになる コッペパン、いちごジャム じゃがいも、あぶら こむぎこ、バター、さとう
あか	おもにからだをつくる ぎゅうにゅう けいにく
みどり	おもにからだのちょうしをととのえる たまねぎ、コーン、きゅうり スイートコーン(クリームかん) にんじん、グリーンピース、キャベツ マッシュルーム、かわちばんかん

クイズ 4 かわちばんかんの花は何色でしょう。

- ① 黄色 ② オレンジ色 ③ 白色

一口メモ

今週は、「生活ふり返し週間」です。

○今日の主菜は「コーンクリームシチュー」です。

コーンクリームシチューも4月のビーフシチューのように小麦粉を綿実油とバターで
じっくり色づかないようにいためたホワイトルウをつくって加えています。

ホワイトルウを加えることで、シチューにコクととろみをプラスします。

今日は、スイートコーンのクリーム缶や牛乳も加えて煮こんでいます。



○デザートには「かわちばんかん」というみかんのなかまがついています。

昭和10年に熊本県河内町で発見されたみかんです。

年を越して春をすぎて夏にとれるみかんで、一番遅く

とれるという意味の、晩のかんきつとして、「かわちばん

かん」と名前がつきました。かわちばんかんは、ジュー
シーフルーツともよばれます。グレープフルーツのような
味がします。つかれをとるビタミンCが入っています。



じゃがいも	鹿児島県	たまねぎ	長崎県	きゅうり	高知県
にんじん	徳島県	キャベツ	長崎県	マッシュルーム(水煮)	高知県

ごみの分別 □ 普通ごみ…牛乳ストロー、袋

クイズの答え: ③