

# 3月4日(水)

## 菜の花

### きょうのごんたて

けいにくのてりやき  
みそしる  
なのはなのおひたし  
ごはん  
ぎゅうにゅう

あ	(おもにからだをつくる)
か	ぎゅうにゅう・けいにく・あかみそ・しろみそ・だしこんぶ・けずりぶし・かつおぶし
き	(おもにねつやちからのもとになる)
	ごはん・さとう・さつまいも
み	(おもにからだのちようしをととのえる)
ど	だいこん・ごぼう・にんじん・あおねぎ・なのはな・はくさい
り	

ばんおお しゅうかく  
**1番多く収穫**  
できて、おいしい  
じき 時期は2月から  
がっ 3月にかけてで  
す。



はな 花のつぼみ、葉、  
はな 葉、  
くきを食べます。

今苗は、はくさいといっしょに、おひたしにしています。かつおぶしをかけて食べましょう！



クイズ3 菜の花には、別の名前があります。さて、何という名前でしょう？

- ①ひまわり
- ②あぶらな
- ③たんぼぼ

### 一口メモ

○菜の花は花を食べる野菜といっても、咲いた花を食べるわけではありません。ブロッコリーやカリフラワーのような花野菜といっしょで「花のつぼみ」を食べます。ほろ苦さが特徴です。食べやすいように、はくさいと一緒におひたしにしています。

菜の花は、もともと油をとるために栽培されていました。野菜として食べられるようになったのは明治になってからです。

菜の花は、秋に種をまき、春に花が開く前のつぼみをつみ取ります。

菜の花を横からみたところです。



から菜  
りでの  
ます花  
す。花  
ね。花  
上。か  
つら  
ぼ見  
みた  
がと  
わこ

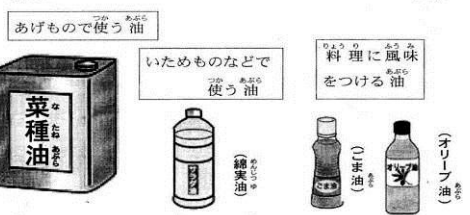


する菜  
で。花  
す。花  
す。黄  
色の  
花が  
咲いた  
とこ



料すす  
にを。で  
な。そき  
り油し  
まかて  
の。実  
しす。が  
た。そ。中  
ね。の。菜  
いし種  
。いぼ油  
、り。ぼ種  
肥か。で

### 給食で使う油の種類



さつまいも	徳島県	ごぼう	青森県	青ねぎ	徳島県
だいこん	香川県	にんじん	愛知県	菜の花	香川県

ごみの分別 □普通ごみ…牛乳キャップ □今日のプラごみ…牛乳フード