

5月分の給食【5/1(金)～5/29(金)】

# 5月21日(木)

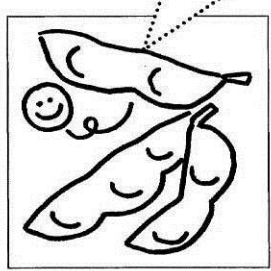
★食物アレルギー個別対応献立  
えんどうの卵とじ：卵

## えんどうの旬

えんどうは、日本全国で栽培され、ハウス栽培などもあり、一年中出回っています。

旬(たくさんとれて、新鮮で味もおいしい時期)は、春から夏の初めにかけてです。

えんどうは、さやから豆をとり出して食べます。今回は「えんどうのたまごとじ」に使われています。



きょうのこんだて  
きびなごてんぷら  
みそしる  
えんどうのたまごとじ  
ごはん  
ぎゅうにゅう

(おもにからだをつくる)	
あか	ぎゅうにゅう・きびなごてんぷら あかみそ・だしこんぶ・けいにく しろみそ・けずりぶし・けいらん
(おもにねつやちからのもとになる)	
き	ごはん・さとう・あぶら
(おもにからだのちょうしをととのえる)	
みどり	たまねぎ・キャベツ・もやし にんじん・しろねぎ・だいこんば えんどう

今週は「食育週間」です。

クイズ12 えんどうを、別の名前でも何というでしょう？

- ①そら豆
- ②グリーンピース
- ③いんげん豆

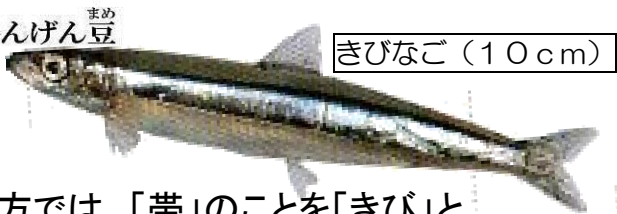
### 一口メモ

○「きびなご」という魚を知っていますか？

別名「きびいわし」ともいいます。○鹿児島県の南の方では、「帯」のことを「きび」といいます。「きびなご」は体の真ん中に青白い色の帯があり、「帯の小魚」という意味で「きびなご」と呼びます。

○今日1時間目に、1・2年生が生活科の学習で「えんどうのさやむき」をしました。さやの中には豆がきれいに並んでいました。

1・2年生は、目で見、手で触って、鼻でかいで、耳で聞いて、そして、感じることができました。1年生は、2年生と一緒に給食調理員さんのお手伝いができたことが楽しかったそうです。



きびなご(10cm)



うま

たまねぎ	佐賀県	にんじん	徳島県	だいこん葉	熊本県
キャベツ	長崎県	白ねぎ	鳥取県	えんどう	和歌山県

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

クイズの答え：②