

# 5月9日 (火)

## グリーンアスパラガス



グリーンアスパラガスが<sup>はる</sup>芽を出すのは、春先から夏の初めです。  
このころにとれるものが、とってもおいしいです。

アスパラガスに多く含まれていることから、その名前がついたアスパラギン酸<sup>はしやんさん</sup>は、つかれをとる働きがあります。

### きょうのこんだて

かつおのガーリックマヨネーズやき  
スープ  
グリーンアスパラガスのソテー  
おおがたコッペパン  
(ソフトマーガリン)

あか	(おもにからだをつくる) かつお、ベーコン、ぎゅうにゅう
き	(おもにねつやちからのもとになる) マヨネーズ、じゃがいも、サラダあ ぶら、おおがたコッペパン、 (ソフトマーガリン)
みどり	(おもにからだのちょうしをととのえる) にんにく、キャベツ、たまねぎ、に んじん、グリーンアスパラガス、 パセリ

クイズ4 グリーンアスパラガスと同じ春が「しゅん」の食べ物は、つぎの  
うちどれでしょうか。

- ① えんどう ② しめじ ③ だいこん

### 一口メモ

○かつおは、春に九州から北海道南部に北上し、秋には南下する太平洋の代表的な回遊魚です。「目に青葉 山ほととぎす 初がつお」という俳句があります。



かつお (50cm～1m)

昔から日本の食文化は、季節ごとに、それぞれの季節の味をいただくことを大切にしています。



グリーンアスパラガス

給食でも春を感じるために、かつおとグリーンアスパラガスを使用しました。

○今日は、2年生が生活科でミニトマトの苗を一人一鉢植えました。自分の植木鉢にスコップで土を入れて、苗をやさしく手に置いて、植木鉢に入れて、最後土をかぶせました。



保健室前の中庭に置きました。これからの成長を楽しみにしていきましょう。



### 産地調べ

かつお	太平洋	たまねぎ	佐賀県	パセリ	香川県
じゃがいも	鹿児島県	にんじん	徳島県	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・ソフトマーガリンの袋 □今日のプラごみ…牛乳フード

クイズの答え：①