

5月24日(水)

えんどう



えんどうは、日本全国で栽培され、ハウス栽培などもあります。
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。
給食室で、さやから豆をとりだして、えんどうの卵とじにしています。

「えんどうの卵とじ」は、「卵」の個別対応献立です。

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し
ごはん
ぎゅうにゅう

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

クイズ15 きびなごをよく食べているところは、つぎのうちどこでしょうか。

① 北海道 ② 高知県 ③ かご島県



一口メモ

○「きびなご」という魚を知っていますか？

きびなご(10cm)

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(きび)の小魚」という意味で「きびなご」と呼びます。

○給食では、えんどうの卵とじもできました。えんどうは、マメ科のなかまです。エンドウ豆には、豆を食べる「実えんどう」と豆が大きくなる前に若取りし、さやごと食べる絹さやなどの「さやえんどう」とがあります。

上福島小学校でも4月にえんどうを栽培していました。気づいた人はいましたか。



○豆には、わたしたち人についているものが、あります。それは、「おへそ」です。わたしたちのおへそは、お母さんのおなかの中で栄養をもらっていた印です。豆のおへそも「さや」と細い管でつながって栄養をもらって大きくなります。

きびなご	鹿児島県	にんじん	長崎県	青ねぎ	徳島県
たまねぎ	大阪府	キャベツ	愛知県	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: ③