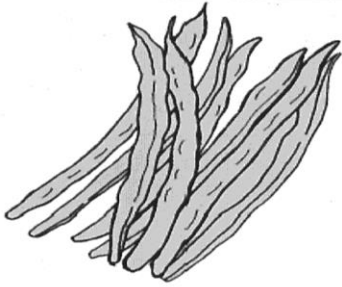


6月15日(金)

さんどまめ

三度豆



いちねん さんどしゅうかく
一年に三度収穫できる
さんどまめ なまえ
ので、三度豆という名前で
よばれています。

さんどまめ ほっかいどう おきなわ
三度豆は、北海道から沖縄まで、
それぞれの時期に日本中で栽培さ
れています。一年中出回っています
が、旬(たくさんとれて、おいしい
時期)は、春から夏にかけてです。

きょうのこんだて

けいにくのしょうゆバターやき
みそしる
さんどまめのからししょうゆあえ
ごはん
ぎゅうにゅう

き	(おもにエネルギーのもとになる) バター、じゃがいも、さとう ごはん
あか	(おもにからだをつくる) けいにく、うすあげ あかみそ、しろみそ だしこんぶ、けずりぶし ぎゅうにゅう
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、だいこんば さんどまめ

クイズ11 「三度豆は、1年間に3回とれるので、三度豆と名前がついた」
これは、ホントである。○か×か。

① ○ ② ×

一口メモ

さんどまめ まめ わか
○三度豆は、いんげん豆を若いうちにさやごと

食べるさやいんげんのことです。一年に三度も

しゅうかく さんどまめ
収穫できるところから三度豆とよばれています。

まめ げんさんち ちゅうおう
インゲン豆の原産地は、中央アメリカと言われて
います。日本には、江戸時代はじめに隠元禅師が
ちゅうごく つた
中国より伝えたとされています。

給食では、塩ゆでした三度豆にさとう、こい口しょうゆ、
洋がらしを合わせて作ったタレであえました。

○なかよし畑では、5年生の理科の発芽実験で芽が出た
いんげん豆を畑に植えています。



【おまけクイズ】 いんげんまめには、
ひら
平べったく20cmぐらいのものもあります。
なんといういんげんまめでしょうか。

- ① トルコいんげん
- ② モロッコいんげん
- ③ ポルトガルいんげん



キャベツ	愛知県	にんじん	長崎県	三度豆	鹿児島県
たまねぎ	佐賀県	じゃがいも	熊本県	だいこん葉(乾)	熊本県

ごみの分別 □ 普通ごみ…牛乳ストロー、袋

クイズの答え: ① おまけクイズの答え: ②