

かぞくみんなまでよんでください!

しよくいくだより5月号

令和6年5月 東松山市学校給食センター 田村



こんにちは! 給食センター 栄養教諭
の田村です。しよくいくだよりは佐藤
と田村が1ヶ月交替で書いています。
4月号から紙での配布ではなく、ホ
ムページにアップされるようになりましたが、児童・生徒のみ
なさんとおうちの方に読んでもらえるとうれしいです!



5がっのこんだてしょうかい!

2日「こどもの日南犬立」

こどもの日にたべると、えんぎがいいたべものといえは... そう
かしわもち。かしわの木は新しい芽が出てから古い葉が落ちるので、
子孫はんえいを願ってたべるものです。

17日「食育の日南犬立(フランスの料理)」

グラタンとホットフが登場します。どちらもフランス生まれの料理
ですよ!



5がっの たべものクイズ

かっおは、おれをくっつけて海を
ぐるぐる泳いでいます。ちょうど新
緑の5月ごろに日本に近づいてく
るので、それを「初がっお」といいます。
では、このかっおをほして作った、日
本りょうりにかかせない「だしのもと」
は、何でしょうか? ①にぼし ②かっおぶし ③ちりめんじゃこ



さんしょうはこっぷりでも ぴりりとがらい

さんしょうの実は、小さくても食べれば
ぴりり! とってもそんざい感がありますよ
ね。体は小さくてもうでまえがよかったリ、オ
のうがある人のことをいいます。さんしょうの
若い葉は「木の芽あえ」などに、実はつくだ
にに、そして木は、すりぎぎとしても使います。



やってみよう!

タネをまこう!

太陽の日ざしがとっても気持ちがいい
ですね。この季節から、あうちで野菜を育て
てみませんか? しそ、ねぎなどの日本のハーブはわりとかん
たんです。ほかにもサラダ菜やはっかだいこんなどもア
ンターでOK。きゅうり、ポチトマト、なすなどの夏野菜も育
ててみましょう! なえを買ってきてもいいですね。



あうちの人と相談して、苦手な野菜を
育てて、なかよくなるのもいいアイデアで
す! タネをまいたら水やり当番は、子
どもでましようね! 野菜たちと話を
すると元気に育つとか。みなさんのいい
お友だちとして、大切に育てましようね!

