



めしあがしター No.5

*給食委員さん、皆に伝わるように大きな声で読んでください。

*5月の給食目標「気持ちのよいあいさつをしよう」

5月 6日 (月)	ふりかえきゅうじつ 振替休日	
5月 7日 (火)	ピタパン 牛乳 スラッピージョー じゃがいもの スープ煮 ヨーグルト	楽しい連休を過ごせましたか？さあ！今日から切り替えて元気にいきましょう！今日の「スラッピージョー」は、ミートソースを挟んで食べるサンドイッチです。アメリカの子どもたちに人気のメニューで、1930年にジョーという名前の料理人が作ったのが発祥とされています。ピタパンに具をはさんでめしあがれ（ピタパンは線が入っているので、半分に切ってポケットにし、具を中に入れて
5月 8日 (水)	わかめうどん (地粉うどん) 牛乳 ちくわの新茶揚げ さいたま市産 小松菜の アーモンド和え	「茶摘み」という歌を知っていますか？毎年みんなに知らないと言われるので、今日は放送で流します。5月1日は「八十八夜」でした。2月4日の立春から数えて88日目をさします。今の季節は、お茶の葉の旬、新茶の季節です。八十八夜の日に摘んだお茶の葉は上等なものとされます。今日は埼玉県産の新茶を使った「ちくわの新茶揚げ」をめしあがれ♥
5月 9日 (木)	岩槻ごはん ピーナッツみそ 牛乳 新じゃがの そばろ煮 春キャベツの 磯香和え	今日は「新じゃがのそばろ煮」です。じゃがいもの旬は春から初夏にかけてです。では、じゃがいもクイズです！第1問：日本で1番じゃがいもの収穫量が多い都道府県はどこでしょうか？…答えは北海道です。第2問：3択クイズです。じゃがいもの芽には何が含まれるでしょう？①毒 ②夢 ③ビタミンC…答えは①の毒です。ソラニンという毒が含まれていて、食べると吐き気や腹痛がおこります。芽はとって料理しましょう。
5月 10日 (金)	ピースごはん 牛乳 白身魚の ごまみそかけ ゆかり和え にら玉汁	今日は「ピースごはん」です。グリーンピースは今が旬です。知っている人は少ないですが、豆苗、絹さや、スナップエンドウ、グリーンピース、えんどう豆は全て同じもので、成長段階で名前や食べ方が変わります。グリーンピースは苦手という人が多いですが、旬の生のグリーンピースは、冷凍や缶詰とは一味違いますよ！旬の味をめしあがれ