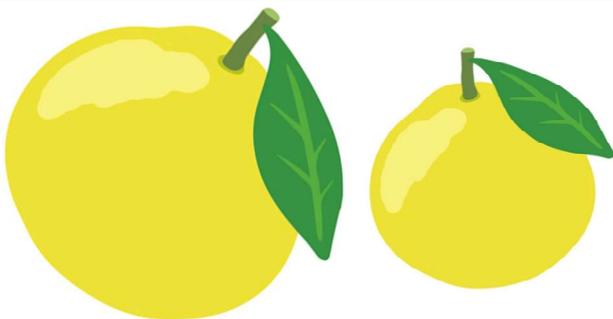




新年度が始まり早くも1か月が経ちました。新しい環境でドキドキしていた様子のお友だちも、日に日に慣れてきたのか笑顔で園庭を走っている姿が給食室のガラス窓から見えます。暑さに負けないためにもおいしく栄養のある給食を作っていきたいと思います！☺

ニューサマーオレンジの初夏！



★ニューサマーオレンジの豆知識

ニューサマーオレンジは、鮮やかな黄色の果実とさわやかな香りが特徴で、初夏の味覚として静岡県伊豆を代表するカンキツです。江戸時代に宮崎県で偶然発見された品種と言われています。

★旬

4月中旬から6月頃に収穫されます。

★食べ方

他の柑橘類とは違い、果実の周りにある白い部分もそのまま食べられるので、皮の表面だけを薄く剥いて食べます。ちなみに白い部分はふかふかとした食感であり、苦みや渋みはありません。酸味を強く感じるときは砂糖をかけて食べると美味しく食べられます。

今月の特別献立！？

今月の12日・26日は、そう組さんが食育の時間で見つけてくれた最高のお出汁（昆布・かつお節・煮干し）と味付け（しょうゆ、みそ、鶏がらだし）の“ぜんぶいれラーメン”が登場します！ぜひお子様と味付けの感想を共有していただき、ご家庭の“おふくろの味”を見つけるきっかけになればと思います。お楽しみに！

子どもと一緒に 食べものクイズ

Q グリーンピースは何の実？

- ①枝豆 ②そら豆 ③えんどう豆

A 正解は③。グリーンピースは、熟す前の豆を出して食べる「実えんどう」の一つです。生豆が出回るのは春だけで、それ以外は缶詰や冷凍食品に加工され調理に用いられます。

