

5月給食たより

若葉が目まぶしく、初夏の風を感じる季節になりました。新学期が始まり1か月がたとうとしていますが、昔から「五月病」という言葉があるように、新しい環境の中でたまった疲れが出てくる時期です。休みの日にも早寝・早起きをし、食事をしっかり食べて、元気な心と体をつくりましょう。



熱中症に要注意!



日中は日差しが強く、汗ばむ陽気になることもあります。また、マスクをしていると熱中症のリスクが高まりますので、こまめな水分補給を心がけましょう。

端午の節句と食べ物・行事

ちまき



中国から伝えられた端午の節句のお供えもので、笹でもち米を包んで作ります。形や中身もいろいろです。

かしわもち



新しい葉が出るまで古い葉が落ちないという柏でくるんだ縁起物のもち菓子です。江戸時代に登場しました。

しょうぶ湯



その名が「尚武(武芸にいそむ)」にも通じる、薬草のショウブの葉をお風呂に入れて健康を願います。

金山町の学校給食に



「台湾産パイナップル」



が登場しました♪

昨年5月の給食に登場した「台湾産パイナップル」ですが、今年度も金山町観光物産協会さんが提供していただき、4月14日においしくいただきました。

金山町観光物産協会では2017年から台湾と交流があり、今回は、中国の台湾産パイナップルの輸入禁止を受け、売り場が縮小し困っている台湾のパイナップル農家の方を支援しようという取り組みの一環だそうです。(参考:金山町観光物産協会 HP)

このことをきっかけに、金山町が行っている台湾との交流や、食文化についても関心を持ってほしいと思います。中学校 HP にも様子が紹介されています。



旬の食材～5月～

給食では、旬の食材や季節感も考慮した献立作成に努めています。下線のある食材は今月の給食でも使われています。ご家庭での食材やメニュー選びの参考にしてください。

アスパラガス ・ じゃがいも ・ きぬさや
 キウイ ・ グレープフルーツ ・ メロン
 かつお ・ しらす ・ もずく ・ わかめ(生)