

五中三二給食通信

令和5年 5月 16日 NO.25

今日の給食は旬のグリーンピースを使った「グリーンピースごはん」です。グリーンピースはマメ科エンドウ属のお豆で、グリーンピースの仲間としてさやえんどう、スナップエンドウがあります。

「さやえんどう」はうすいさやの中に小さな豆があり、さやごと食べることができます。みそ汁や煮物に使われることが多いです。ちなみにさやえんどうが成長するとグリーンピースができます。



↑ さやえんどう

「スナップエンドウ」はさやえんどうよりさやの部分が厚く、さやえんどうと同じようにさやごと食べることができます。ゆでたり、炒めたりして食べます。



↑ スナップエンドウ

グリーンピースは普段の給食では冷凍のものを使っていますが生のものは今が旬の食べ物です。

ぜひ、旬の食材の香りやおいしさを味わってください♪

エンドウ属のお豆たちは
エンドレスに食べられるね



参考に盛り付けてね♪

《今日の献立》

グリーンピースごはん

ししゃものごま焼き

和風サラダ

のっぺい汁

牛乳



赤の食べもの	黄色の食べもの	緑の食べもの
血や肉になるもの	熱や力のもと	体の調子を整えるもの
牛乳 昆布 ししゃも 豚肉 豆腐 かつお節	米 油 白いりごま 三温糖 ごま油 さといも こんにゃく でんぷん	グリーンピース キャベツ にんじん きゅうり もやし ごぼう だいこん 長ねぎ