

五中三二給食通信

令和5年 5月 22日 NO.29

今日の給食は今の季節においしい かつおを使った「かつおの東煮^{あずまに}」です。実はかつおには旬と呼ばれるおいしい季節が 2 回あります。1 回目はちょうど今の時期でこの時期に獲れるかつおを「初がつお^{はつ}」といいます。「初がつお」は日本地図でいうと南から北に上っていくかつおのことで、赤身が多くさっぱりしているのが特徴です。

2 回目は 8 月下旬～9 月ごろに獲れるかつおで「戻り^{もど}がつお」といいます。「戻り

がつお」は南に戻ってくるかつおのことで脂身が多いのが特徴です。

今日の給食は「初がつお」です。ぜひ味わって食べてください♪

運動会練習頑張っていますね
かつおを食べてかつお（活を）
入れましょう(/・ω・)/



参考に盛り付けてね♪

《今日の献立》

にんじんごはん

かつおの東煮^{あずまに}

おひたし

じゃがいものみそ汁

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 かつお 油揚げ わかめ みそ かつお節	米 白いりごま 米粉 油 砂糖 じゃがいも	にんじん しょうが キャベツ もやし 小松菜 しめじ