

五中三二給食通信



参考に盛り付けてね♪

令和 6年 3月 5日 NO.178

今日の給食のくだものは「デコポン」です。

デコポンは冬から春が旬のくだものです。もとはしらぬいという品種のことをいい、糖度が13%以上、酸度（酸味の度合い）が1%以下という条件をクリアしたものが「デコポン」として名乗ることができます。また、ビタミンCもみかんと比べて約1.6倍もふくまれているので味だけでなく栄養価も高いと言われています。

見た目はあたまが出っ張っていてと特徴で、そのあたまの形がすもうさん（すもう）のまげに似ていることからアメリカではスモウシトラス（Sumo Citrus）として売られているそうです。



デコポンってもとはしらぬいのことなんだね
しらぬ（い）かった

《今日の献立》

五目チャーハン

担々春雨スープ

くだもの（デコポン）

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 豚小間肉 むきえび たまご 豚ひき肉 豆腐 みそ	米 油 砂糖 春雨 ごま油 白練りごま	にんにく 玉葱 にんじん ピーマン しょうが もやし チンゲン菜 しめじ 長ねぎ デコポン