

保育や家庭にちょっと役に立つ



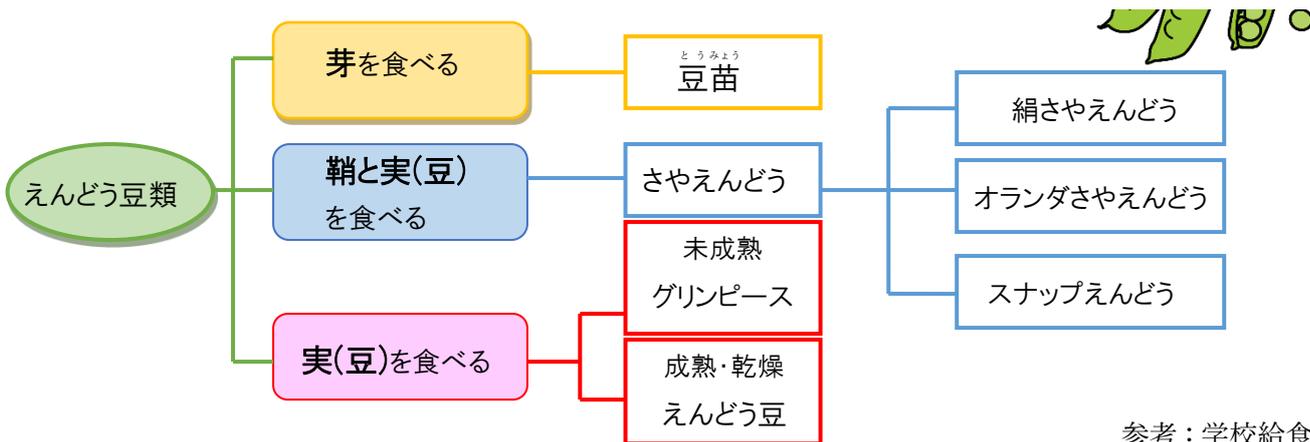
5月食育メモ



旬の食材「グリーンピース」

5/2(金)「豆ごはん」実施

給食では、スープやチキンライス、カレーライスの彩りに使用しています。冷凍食品も流通しており、一年中手に入る食材ですが、鞘(さや)から出したての生のグリーンピースを味わえるのは、4月～5月頃です。生のグリーンピースを使った豆ごはんなど、旬の時期ならではの香りや味を楽しみたいものです。豆は鞘からとり出すとすぐに硬くなるので、料理をするときは直前にとり出すようにしましょう。



参考：学校給食

◆◆柏餅(かしわもち)◆◆

あん入りのもちをカシワの葉でくるんだものです。

カシワは、新しい芽が出るまで古い葉が木に残っていることから、家が途絶えずに代々栄えていくようにとの願いが込められています。カシワの代わりにサルトリイバラの葉を使う地域もあります。

◆◆ちまき◆◆

もち米や団子をササの葉などで包み、ゆでたり蒸したりしたものです。中国から伝わった行事に由来し、地域によって味や形はさまざまですが、西日本では主に円すい形の甘いちまきが食べられています。もともとは、チガヤの葉が使われたことから、ちまきと呼ばれています。

端午の節句は、男の子の健やかな成長と幸せを願う年中行事です。五月人形やこいのぼりを飾り、ちまき、かしわもちなどを食べてお祝いをする風習があります。

参考：学校給食