



令和8年5月号
調布市立若葉小学校

新年度が始まってから間もなく1ヶ月、新しい環境にも慣れてきた頃でしょうか。すごしやすい新緑の季節ですが、緊張感がゆるみ疲れが出やすい時期でもあります。毎日を元気にすごせるように、規則正しい生活を心がけましょう。



[5月の献立より]

1日(木) 八十八夜(はちじゅうはちや)

→八十八夜とは立春から数えて88日目にあたる日です。新茶の季節として知られており、夏に向けた準備をするのに適した日とされています。給食では1日に抹茶をつかった抹茶プリンを出します。



8日(金) 日本味めぐり給食【長崎】

→長崎県は九州の北西に位置していて、海岸線が入り組んでいて島と半島が多いことが特徴の県です。古くから海外との窓口として栄え、ポルトガル、中国、オランダからの影響を受けた文化が育ち、食にも影響しています。カステラは16世紀ごろにポルトガルから長崎に伝わりました。

12日(火) アスパラガス

→アスパラガスは5月に旬を迎えます。香りと甘みを楽しめる春野菜です。



15日(金) 木島平村のごはん

→長野県木島平村と調布市は姉妹都市です。木島平村は農業が盛んで、その中でもおいしいお米を作っていることで有名です。今年の給食でも木島平のお米を時々使って行く予定です。



20日(水) 日本味めぐり給食【青森】

→青森県は本州最北端の県で、りんご、にんにく、ごぼう、ほたてなどが特産品です。「十和田(とわだ)バラ焼き」はたくさんの玉ねぎと牛肉を鉄板で焼く料理です。味付けにリンゴやはちみつを使います。給食では豚肉でつくります。



28日(木) かつお

→かつおは回遊魚で、3月ごろに九州南部から北上し、5月ごろに静岡や三重などの本州中部で漁獲されます。この時期にとれるかつおを「初がつお」と言います。さっぱりとした味が特徴です。給食ではかつおを揚げて、甘辛く味付けてご飯と混ぜます。



29日(金) 枝豆(えだまめ)

→枝豆は大豆を成長する前に枝ごと収穫したものです。昔は大豆用の品種を若いうちに収穫して食べていましたが、現在は枝豆専用の品種が400種以上開発されています。枝豆専用品種の枝豆は大豆より緑が鮮やかで甘みが強いです。