

給食だより



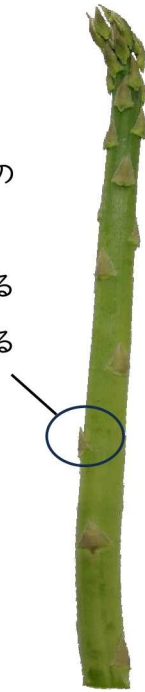
しんねんど はじ 新年度が始まり、あつという間に1か月が過ぎました。こんげつ 今月は、にしおスポーツフェスタがあります。たいりよく 体力をつけるためにも給食をしっかりと食べて、れんしゅう とく 練習に取り組みましょう。また、れんきゅう 連休がありますが、「はやね はやお あさ せいかつ 生活リズムに気を付けて過ごしましょう。

旬の食材を紹介！「アスパラガス」

アスパラガスは4月～6月が旬の食材です。旬とは出盛り期ともいわれ、食材がおいしく、たくさん実る時期のことです。給食では5月10日（金）に「アスパラサラダ」を予定しています。サラダに入っている「アスパラガス」を味わってみましょう。

はかま

- ・茎についている三角形の葉っぱのようなもの
- ・苦み成分が含まれているため取り除くこともある



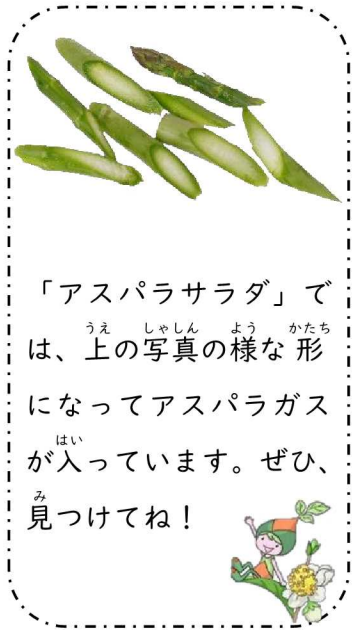
穂先

- ・アスパラガスの先端部分
- ・軟らかく、栄養がたっぷり

茎

- ・穂先から3番目のはかまより下の部分
- ・下にいくほど太く、硬い

お知らせ



「アスパラサラダ」では、上の写真のような形になってアスパラガスが入っています。ぜひ、見つけてね！

にしおスポーツフェスタ、にしおスポーツフェスタ予備日の両日も通常通り給食があります。給食で必要な持ち物を持ってきてください。

16日（木）中学部・高等部にしおスポーツフェスタ、17日（金）予備日

23日（木）小学部にしおスポーツフェスタ、24日（金）予備日

6月から給食の欠食対応を開始します。ラーケーションの取得に関わる欠食以外は、欠食の受付が2週間前の水曜日までとなっています。欠食する場合は、早めに学級担任への連絡をお願いします。