

越前町学校給食カレンダー

海土里ちゃん献立の日



【5月の給食目標】身なりに気をつけて配膳しましょう

5月12日

【献立名】

有機玄米ごはん
牛乳
越前レタスと豆腐のスープ
さわらとアスパラのケチャップみそあえ
キャベツのフレンチサラダ



【献立について】

越前町で特産化を目指している「越前レタス」は、新鮮でシャキシャキとした食感とほのかな甘味が特長です。越前レタスは、かつて米を育てていた水田を使って、地域の気候特性などを考えながら大切に育てられています。レタスは生で食べることが多いですが、鍋物や炒め物、スープなどにしてもおいしく食べられます。今日は、スープにしました。味わっていただきましょう。



【使用地場産物】

こめ ゆうきげんまい さわら
とうふ みそ レタス アスパラガス キャベツ みずな

【クイズ】

今日はアスパラガスについてのクイズです。
アスパラガスは1日に何cm成長するでしょう。

- ① 1cm
- ② 5cm
- ③ 10cm

【解説】

アスパラガスは、1日に10cmほど成長する春が旬の野菜です。体の疲れをとる成分がたくさん含まれています。今日はケチャップみそあえに入っています。



【こたえ】 ③

アスパラガス

アスパラガスはギリシャ語で、「新芽」を意味する言葉。



アスパラガスは一度植えて株が育つと、次々に新芽が出続け、芽吹いたばかりの若い茎を食べる野菜です。日本ではグリーンアスパラガスが主流ですが、ヨーロッパでは、アスパラといえばホワイトアスパラガスのことをいい、紀元前から栽培され春を告げる野菜として親しまれています。



高原のアスパラガス畑



アスパラガスの花

長さが25センチくらいになると収穫する。

