

<p>15日 月曜日</p>		<p>梅雨メニューについて</p>	<p>15日(月)</p>
<p>蒸し暑い梅雨の時期となりました。そこで、今日は入梅メニューです。かみなり汁は、豆腐をいためてつくりますが、その時にバリバリというかみなりのような音がすることから、かみなり汁といいます。それから、この時期に、梅の収穫がはじまります。家庭によっては、梅をつけるところもあると思います。いわしの梅煮の登場です。さっぱりした味付けなので、ごはんがすすみます。梅雨の時期は、雨が続き、じめじめしますが、作物が育つための恵みの雨です。いろいろなことを考えながら、梅雨をすごしましょう。</p>			
<p>16日 火曜日</p>		<p>筑前煮について</p>	<p>16日(火)</p>
<p>筑前煮は福岡県の筑前ちほうに伝わる郷土料理です。郷土料理というのは、昔から、その土地でとれる食材を使って作られてきた料理のことをいいます。筑前煮はにんじん、れんこん、ごぼう、たけのこ、鶏肉をいためて煮る、「煮物」をいいます。根菜類いたっぷりの、食べごたえのある料理です。山口県にも、たくさんの郷土料理があります。今年の給食で、すこしずつ紹介していきたいと思います。</p>			
<p>17日 水曜日</p>		<p>メロンについて</p>	<p>17日(水)</p>
<p>今日は、メロンについて説明します。メロンは北アフリカが原産地で、日本へは、明治時代に伝わりました。夏の果物であるメロンは、上品なあじわいと甘味となめらかな舌ざわりがあります。香りもよく、消化がよいです。メロンの食べ頃の時期は、へそを押さえて柔らかくかんじた時が食べ頃です。メロンはからだの調子を整えるビタミンCが多く含まれています。</p>			
<p>18日 木曜日</p>		<p>かぼちゃについて</p>	<p>18日(木)</p>
<p>今日はみそ汁のかぼちゃについて説明します。かぼちゃは夏から秋にかけてとれる野菜です。かぼちゃは今から550年前、今の大方県にポルトガルの船が漂着し、カンボジアのかぼちゃがたえられました。カンボジアがなまって、かぼちゃとよばれるようになりました。かぼちゃは、このほかにも呼び名があります。ナンキン、ポウブラとよばれます。ナンキンは、中国からきたという意味です。ポウブラは、ポルトガル語でかぼちゃを意味します。かぼちゃは、ビタミンが多く含まれ、夏のあつさにまけないからだを作る野菜です。しっかりとたべましょう。</p>			
<p>19日 金曜日</p>		<p>ビーフンについて</p>	<p>19日(金)</p>
<p>今日はビーフンについて説明します。ビーフンは中国語で「ミーフェン」といいます。もともと中国の米の産地や台湾で作られます。ビーフンは春雨とよくまがえられますが、原料はお米で、春雨の原料はじゃがいもです。また、加熱したときに、ビーフンは透明になりませんが、春雨は透明になります。ビーフンは体を動かす力や熱のもとになるでんぷんが多くふくまれています。</p>			