

6月8日(月)

# もいもい★つうしん

きょうの  
のうかさん



だいこん  
(まつむらしんいちさん)

【昨日の残菜】 スパゲティカレーミートソース(24人分)、海藻サラダ(39人分)、  
サワー寒(39人分)、牛乳(75本)

みしょうかん

ナムル

キムチチャーハン

レタスの  
スープ

はし・スプーン



今日は「レタス」についてお話をします。レタスの旬は年に2回あります。

今は、「春レタス」と「夏秋レタス」の両方が出回る時期です。

暑さに弱いので、涼しい地域で育てられています。サラダに使われている

イメージがあるかもしれませんが、スープに入れてもおいしい野菜です！

～もいもいクイズ～

給食委員会より♪

レタスは、どの部分を食べているでしょう？

- ① 茎      ② 葉      ③ 蕾

答えは、②の葉です。

レタスは、外側の葉の方が日光を浴びているため、栄養価が  
高いそうです。