

きゅうしょくしつからのおしらせ

れいわ ねん
令和6年

5月1日(水)

きょうのもりつけ

まっちゃむ
抹茶蒸しパン

にく
肉うどん

きゅうにゅう
牛乳

こんぶあ
キャベツの昆布和え



きょう がつついたち はちじゅうはちや りっしゅん かそ
今日5月1日は“八十八夜”です。立春から数えて88

にちめ はるしも おわ たね きせつ
日目ということで、そろそろ春霜も終わって種をまく季節

いみ ひ つ ちゃ
になったことを意味しています。また、この日に摘んだお茶

じょうとう えいようか たか ねん
は上等で、栄養価も高いということで、1990年からこ

ひ りよくちゃ ひ さだ ひ ちゃ の
の日を“緑茶の日”と決めました。この日にお茶を飲むと

ながい い りよくちゃ せいぶん ちゅうもく
長生きするとも言われています。緑茶の成分で注目され

ているのが“カテキン”です。今日は緑茶の中でも、その

からだ せいぶん まる まっちゃ つか まっちゃむ
体によい成分が丸ごととれる抹茶を使って“抹茶蒸しパ

ン”にしました。抹茶の香りを味わいながら食べてみてく

ださい。

きょう じばのうさんぶつ なかのうえん こまつな
今日の地場農産物 中野農園より小松菜です。

ち
よ
っ
と
メ
モ