

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10日(金)

きょうのもりつけ

よもぎ^{だんご}団子 ※4～6年生は3つ

ソース^や焼きそば

かふう あ え
華風和え



きゅうにゅう
牛乳

ち
よ
っ
と
メ
モ

きょう はなし べつめい
今日は“よもぎ”のお話です。よもぎは、別名“もちぐ
さ”とも言います。特有な^い香りがあり、春に摘んでそのま
まゆでておひたしにして^た食べたり、今日のような^{きょう}草もちや
草^{くさ}団子にして^{くさだんご}食べます。また、お灸^{きゅう}に使う“もぐさ”もこ
のよもぎで作られたものです。栄養面では同じ^{えいようめん}葉物の^{おな}野菜
であるほうれん草や小松菜よりも^{はる}はるかに^つすぐれ、特に鉄
^{ぶん}分や^{しょくもつ}食物^{おお}せんいが多く^{ふく}含まれているのが^{とくちょう}特徴です。今日
は、よもぎの粉を白玉粉に混ぜ、草^{くさ}団子にしました。きな粉
をかけた^{えいようまんてん}栄養満点のデザートです。おもちと同じなので、
よく^のかんでから^こ飲み込むように^こしましょう！

きょう じ ば のうさんぶつ つづ きいさおのうえん たま たかだのうえん なま
今日の地場農産物 都築 勲 農園より玉ねぎ、高田農園より生きくらげです。