

きゅうしょくしつからのおしらせ

れいわ ねん
令和6年

6月10日(月)

きょうのもりつけ

あじさいゼリー

うめ
梅ごはん



ぎゅうにゅう
牛乳

とりにく じやがいものうま煮
鶏肉とじゃがいものうま煮

ちよつと
メモ

きょう にゅうばい がつ なか がつ あめ
今日は“入梅”です。6月の中ごろから7月にかけて雨
がよく降る季節のことを梅の雨と書いて“梅雨”といいま
す。そのころには梅が実をつけるからです。梅をしその葉で
漬けたものが“梅干し”です。梅干しはとてもすっぱいの
ですが、このすっぱさが体にはとてもよい働きをします。
体の疲れをとり、胃や腸の働きを良くしてくれるので
す。今日は乾燥させたかりかり梅とごまを加えた“梅ごは
ん”です。デザートには、季節感のある“あじさいゼリー”
を取り入れました。じめじめとした暑い日も多くなります
ので、しっかりと食べましょう。

きょう じ ば のうさんぶつ つづきいさおのうえん たま
今日の地場農産物 都築 勲 農園より玉ねぎです。