

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20日(木)

きょうのもりつけ

さくらんぼ ※1人2つ

キムチチャーハン



ぎゅうにゅう
牛乳

くき ちゅうか
茎わかめの中華スープ

ちよつとメモ

きょう はなし がつ がつ しゅん
今日は“さくらんぼ”のお話です。6月～7月が旬の
さくらんぼはヨーロッパで古くから栽培されている果物で
す。和名では、漢字で桜に桃と書いて“桜桃”と言います。
きょう やまがたけんさん さとうにしき ひんしゅ
今日のさくらんぼは山形県産の“佐藤錦”という品種です。
じゅく あか きいろ ぶぶん おお
熟してもあまり赤くならず、黄色い部分が多いようです
が、これは甘味とは関係ないそうです。さくらんぼには、
てつ かんけい るい ふく
カリウム、鉄、カロテン、ビタミン類などが含まれていて、
こうけつあつよぼう ひんけつよぼう ひろうかいふく やくだ くだもの つぶ
高血圧予防や貧血予防、疲労回復に役立つ果物です。1粒1
つぶ あじ た
粒をよく味わって食べましょう！

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