



わんちたいは



平成 15 年 8 月 28 日(木) 小学校給食室



かぼちゃには大きく分けると日本かぼちゃ、西洋かぼ
 ちゃ、ペポかぼちゃの三種類があります。日本かぼちゃ
 は、中央アメリカが原産で、十六世紀にカンボジアか
 らポルトガル船に乗ってやってきました。カンボジアが
 なまってカボチャになったといわれています。



今、スーパーなどで売っているほとんどは西洋かぼちゃで、
 今日のサラダもホクホクして甘い特徴を生かして西洋かぼ
 ちゃを使っています。

そしてもうひとつのペポカボチャは色や形の面白さ
 を生かした鑑賞用が主です。見たことありますか？



給食でもカレーなどに使っているズッキーニは、形
 はきゅうりに似ていますが、このペポかぼちゃの仲間です。



かぼちゃは、太陽の光をいっぱい浴びて育つ「夏野菜」の
 代表ですね！だからかたい皮に守られている中身は、まさ
 に太陽の色！みなさんを夏かせから守ってくれる色です。

プールに入った体は、特に疲れて
 いて、バイキンに狙われがち。

運動会に向けての練習も始まります。

三食しっかり食べて強い体
 を作りましょうね。

しょくぱん ぎゅうにゅう
 かぼちゃとだいずのサラダ
 わんたんスープ
 ドライプルーン