

きゅうしょくつうしん

5月10日(火)

グリーンピースごはん

たけのこのみそ汁

魚の香味焼き(さわら)

ひじきの炒め煮

牛乳



平皿

いために

さかな

副菜皿

ごはん

茶碗

みそ汁

きょう
今日は、グリーンピースについてお話しします。

グリーンピースの旬は、5月～6月です。缶詰や冷凍のものが

年中出回っています。今が旬の生のグリーンピースを使うと、

ひと味違う、グリーンピースごはんになるとおもいます。

旬の時期に食べるグリーンピースは、1年の中で1番美味しくて、

1番栄養があります。味わって食べましょう。

