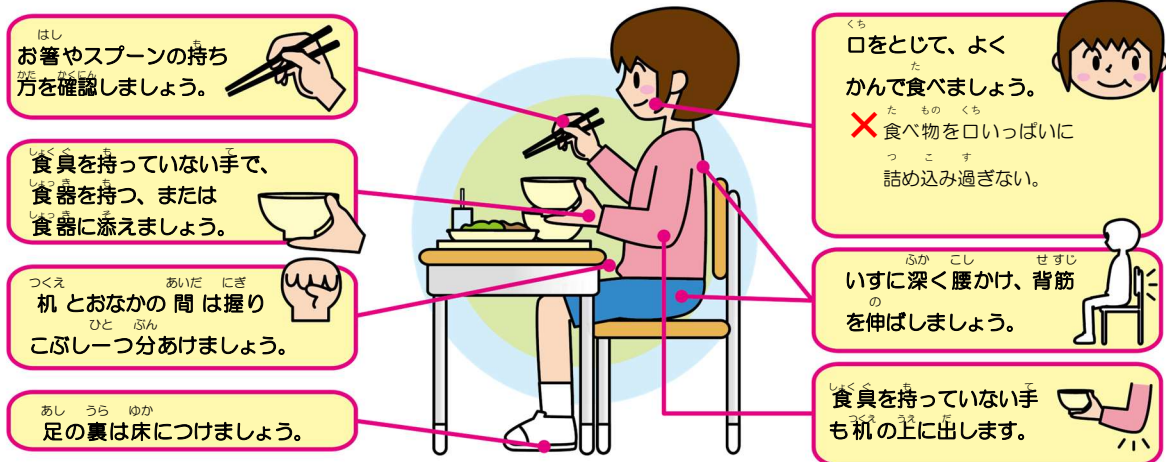




5月給食たより

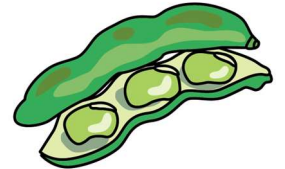
令和8年5月号
都立城東特別支援学校
校長 秋本 友美
栄養士 木村 由美

新年度がスタートして、もうすぐ1か月が経ちます。給食と一緒に食べる友達や先生、教室などが変わった人は慣れるまで、緊張をしたり、そわそわしたりとなかなか気持ちが落ち着かなかったかもしれません。5月は、少しずつ慣れてきた環境で、姿勢良く給食を食べるように意識してみましよう。



旬の食材 そらまめ

そらまめは、さやが空に向かってぐんぐんのびることからそら豆という名がつきました。さやの中に豆が並んで入っています。旬はこれから初夏にかけてです。



そらまめは、本校がある江東区大島の特産品です。5月29日は、小学部3年生が食育授業の一環でそら豆のさやむき体験をしたそらまめが給食に登場します。

グリーンピースやスナップエンドウなどの豆も今の時期が旬です。春が旬の野菜には、他の季節に採れる野菜にはない特有のさわやかな香りがあり、また野菜そのものがやわらかいものが多いです。今では年間を通していろいろな野菜が食べられますが、この季節ならではの味を楽しんでみましょう。

給食の紹介

4月15日

牛乳

ごはん

干草焼き

じゃこ入り煮びたし

いも煮汁



干草焼きの干草とは、「いろいろなもの」という意味です。ひき肉、豆腐、にんじん、しいたけ、しいたけ、グリーンピースが入った卵焼きでした。牛乳は、65℃で30分殺菌した低温殺菌のピン牛乳です。