

# 給食だより

平成31年4月25日  
東京都立町田の丘学園校長  
茂木 裕之

1年の中でも過ごしやすい気候の5月ですが、日中は日差しが強く、汗ばむほどの日もあります。急に気温が上がったときには、服装の調整やこまめな水分補給を心掛けて熱中症を予防しましょう。また、10連休や新生活の疲れが出てくる



時期でもありますので、食事と睡眠をしっかりと、元気に体を動かして、心と体の調子を整えることも大切です。



## 今月の給食より

### ●8日(水) 抹茶寒天 (八十八夜)

立春を起算日として、88日目を八十八夜と言います。今年は5月2日です。八十八夜を過ぎると気候が安定することから、種まきや茶摘みが始められる時期として農作業の目安にされてきました。昔から八十八夜に摘まれたお茶を飲むと長生きするという言い伝えがあります。

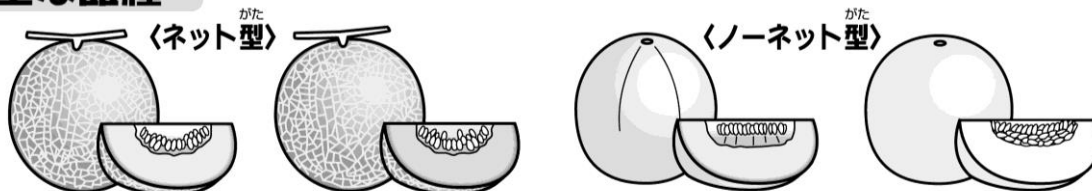
### ●24日(金) ポークビーンズ

昔から給食の代表ともいえる豆料理は、ポークビーンズではないでしょうか。アメリカの定番料理で、白いんげん豆を使うことが多いそうですが、今回は栄養価の高い大豆を使用する予定です。

### ●メロン

最も多く出回りおいしい時期は、5月～7月になります。皮の網目模様の有無や、果肉の色の違い(緑色・赤色・白色)など、見た目も様々です。主な産地は、茨城県、北海道、熊本県などです。

### 主な品種



アンデスメロン  
おも きみどりいろ かにく  
〈主に黄緑色の果肉〉

クインシーメロン  
あか いろ かにく  
〈赤(オレンジ)色の果肉〉

プリンスメロン  
いろ きみどりいろ かにく  
〈オレンジ色～黄緑色の果肉〉

ホームランメロン  
しろいろ かにく  
〈白色の果肉〉



## ★5・6月欠食届の締切りについて★

負傷・疾病・ショートステイ等で欠食する場合は、欠食する日の前々週の火曜日までに欠食届を作成し、担任に提出してください。欠食届の様式はホームページから印刷するか、担任から受け取ってください。