



きょう きゅうしょく はる あじ
今日の給食は、「春を味わおう～キャベツ～」です。

はる しゅん
春が旬のたべものを味わいましょう！

しゅん いちばん えいようまんてん じき
「旬」とは、一番おいしくて栄養満点な時期のことです。

◎キャベツ

「キャベツ」の旬は、春と冬です。

はる
春にとれる「キャベツ」は、

「春キャベツ」といいます。

はる は
「春キャベツ」は、葉がやわらかく、

あま とくちょう
甘いことが特徴です。

きょう はる
そして、今日の「春キャベツ」は

かながわけん みうらし つく
神奈川県の三浦市で作られました♪



キャベツ

はる しゅん あじ た
春が旬のおいしいたべものを味わって食べましょう！



給食クイズ



<春キャベツのえらびかた>

はる
春キャベツをえらぶときのポイントは
どれでしょうか？

- ① おもい
- ② かるい
- ③ 外の葉が厚い

はる
春キャベツは、
おお わり かる えら
大きい割に軽いものを選ぶと、
すいぶん おお やわ
水分が多く、柔らかくおいしいです。
また、そと 外の葉は うす 薄いものを選ぶと
た ぶぶん 食べる部分の葉も は やわ 柔らかいですよ！

こたえ：② かる 軽い

