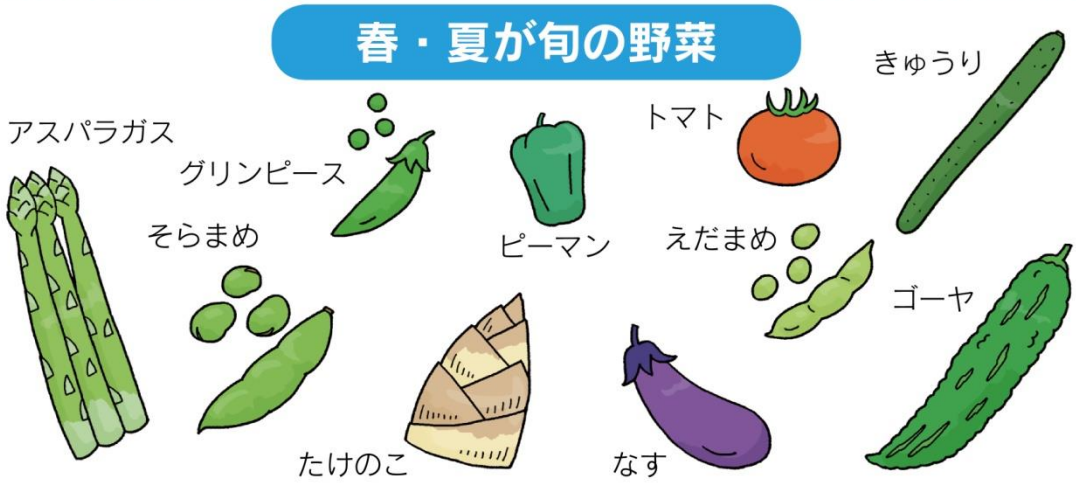
# 4月　給食室からの豆知識

　ご入園、ご進級おめでとうございます。暖かく気持ちのよいぽかぽか陽気と共に、新年度がスタートしました。給食を通し子どもたちの成長を感じられることを給食室職員一同楽しみにしております。

## 春・夏が旬の野菜




### 季節によって違いがあるよ

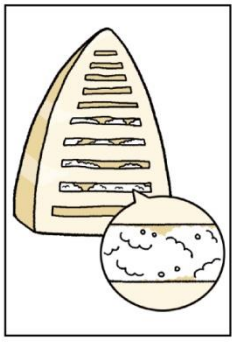
**春キャベツ**

　葉は、みずみずしくてやわらかいのが特徴です。軽くて巻きは緩めです。生食に向いています。

**冬キャベツ**

　葉は厚く、巻きはかためで形は平たいものが多い特徴があります。甘みがあり、煮込み料理に向いています。

### たけのこの中にある白い粉は食べられる？



　たけのこの切り口についている白い粉のようなものは、チロシンというアミノ酸の一種で、うまみ成分です。ホルモンや神経伝達物質の生成にかかわっています。洗い流さないようにしましょう。

## 給食室職員紹介

針崎　真紀　　清川　瑞樹　　高城　寿代

１年間よろしくお願いします。

＜記　3 月 29 日＞