６月１１日は、入梅です。

入梅とは、暦の上での「梅雨入り」の事です。

昔は気象予報がなかったので、梅の実が熟す頃を目安にしていました。

給食では「梅」にちなんで、梅を使った献立を取り入れました。梅干しには疲労回復や、消化吸収をよくするなど、からだに良いことがたくさんあります。

梅入りゆかりごはん、和風卵焼き、ごま和え、冬瓜と油揚げのみそ汁