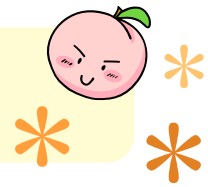


とうがんのお話（中）



みなさん、こんにちは。今日は「とうがん」のお話です。

みなさんは、とうがんを見たことがありますか？とうがんはラグビーボールのような形をした、緑色の大きな野菜です。大きいものでは10キログラムを超えるものもあります。皮は緑色をしています。切ってみると、中身は白色をしています。

とうがんは6月から9月によくとれる夏野菜です。とうがんの旬は夏ですが、分厚い皮に守られているため保存ができ、冬まで食べられることから、漢字で「冬の瓜」と書いて「冬瓜」という名前とうがんがつけられました。

私たちが住んでいる愛知県では、とうがんの生産が盛んです。愛知県のとうがんの生産量は沖縄県に次いで全国で2番目に多いです。

とうがんは、ほとんどが水分で、あっさりとした味が特徴です。体の熱を下げる働きがあり、暑い季節にぴったりの食べ物です。

今日の給食は「とうがんのカレースープ」です。味わって食べましょう。