

二〇二三年
度
（令和五年）

5
May

給食だより

Hokkaido high school for the Deaf
News from school lunch

【概要版】

キク科の多年草で、各地に野生していて道端にもよく見かけます。

食用では春先に、若葉を摘んでゆでてから草餅や草団子にいれることから、別名モチグサと呼ばれています。葉の裏に細かい綿毛があるのが特徴で「モグサ」として鍼治療のお灸にも利用されています。

漢方では、艾葉（かいよう）といい、止血薬として用いられます。

民間では古来から切り傷などの出血に用いられてきました。

葉を湯船に入れて体をあたためるなど、冷えにも良いとされています。抗菌作用・デトックス効果が高いことから、アトピー性皮膚炎や、ダイエットにも効果があると言われています。

（山下 薬草店 <https://www.yakusou-ten.com/yomogi#:~:text=%E3%82%A7%E3%82%A7%E3%81%A2%E3%A4%EA%E3%8B%8D%E3%81%A7%E3%81%AB%E3%88%A9%E3%82%A8%E3%82%8C%E3%81%A6%E3%81%89%E3%81%89%E3%80%82> から引用）



5月 2023

8(月)	829Kcal	9(火)	812Kcal	10(水)	905Kcal	11(木)	836Kcal	12(金)	848Kcal
麻婆豆腐丼 わかめと菰の中華スープ キャベツのナムル 牛乳		バターロール イチゴジャム ミネストローネスープ ハンバーグデミソース コーンサラダ 牛乳		ごはん キャベツと油揚げのみそ汁 豚肉にんにくマヨ焼き 絹さやのソテー 飲用牛乳		五目うどん ツナの和え物 アイスクリーム 牛乳		青椒肉絲丼 わかめと菰の中華スープ 杏仁和え 牛乳	
15(月)	951kcal	16(火)	701kcal	17(水)	854kcal	18(木)	881kcal	19(金)	890Kcal
ごはん もずくと油揚げのみそ汁 鶏肉の香味焼き 絹さやのソテー レモンカスタードタルト 牛乳		セルフホットドッグ クリームシチュー オレンジ 牛乳		ごはん 大根とえのきのみ そ汁 アジフライ 炒りどり 牛乳		野菜たっぷり醤油ラーメン みかんゼリー 牛乳		チキンカレー パイゼリー 牛乳	
22(月)	928kcal	23(火)	844Kcal	24(水)	765Kcal	25(木)	977Kcal	26(金)	735kcal
ごはん 豚汁 鯖の香味焼き 三色ごま和え 牛乳		ツイストパン みかんジャム イタリアンスープ ポークハムカツ 卵と野菜のソテー 牛乳		ごはん 春雨中華スープ やわらか鶏ももから揚げ もやしのナムル いちごムース 牛乳		スパゲッティミートソース わかめスープ フルーツ白玉 牛乳		竹の子ご飯 大根と絹さやのみそ汁 鮭のふり塩焼き 小松菜の磯和え 牛乳	
29(月)	731kcal	30(火)	932Kcal	31(水)	756Kcal				
ごはん いなか汁 豆腐ハンバーグ野菜あんかけ もやしとピーマンのソテー 牛乳		豆パン 南瓜入りクリームスープ 鶏肉のピザ風焼き アスパラとコーンのソテー 牛乳		かき揚げ丼 とろろ昆布のみそ汁 ほうれん草のツナ和え 牛乳					