

5月たべものカレンダー

NO. 438

アスパラガス

☆ 5月から7月にたくさん出回ります。

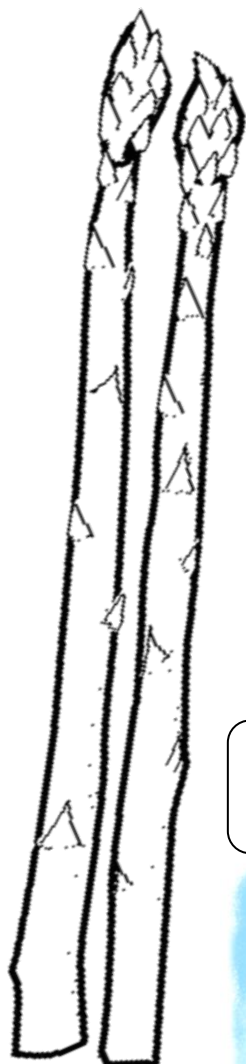
主な産地は北海道や佐賀県，熊本県，長野県です。

☆ 緑色のグリーンアスパラガスと，白色のホワイトアスパラガスがあります。

☆ グリーンアスパラガスは色のこい野菜の仲間で，皮ふを強くしたり，目の働きを助けたりします。

アスパラガスの色の違いは？

5月



ホワイトアスパラガス

グリーンアスパラガス

ホワイトアスパラガスは，芽が出たらすぐに土をかぶせて日光を当てないように育てたものです。ほとんどは，かんづめにされます。

日	月	火	水	木	金	土
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

高学年用