

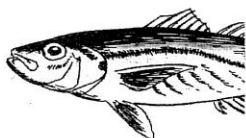
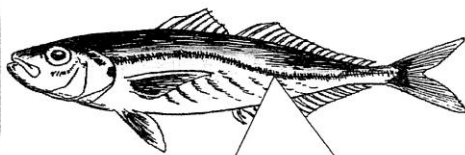
1月分の給食【1/8(水)～1/31(金)】

# 1月9日(木)



まあじ、むろあじなどの種類があります。

あじは日本沿岸でとれる回遊魚です。群れをつくって泳ぎます。



大きいうろこ「ぜいご」が体の側線の全長にわたってあります。

クイズ2 今日使った「レモン」は、どこで育てられたものでしょう？

①アメリカ

②タイ

③日本

マアジは、一般的にアジ、関西地方ではヒラアジと呼びます。ムロアジは、北陸地方ではアジサバと呼び、そういえばサバに似ていますね。

## 一口メモ

○あじの名前は、その味のよさに由来するともいわれています。

○あじの一番の特徴は、体の中央に「ぜいご」と呼ばれる一列のうろこがあることです。

○あじは塩、白こしょうで下味をつけ、でんぷんをまぶして油で揚げます。それに、レモン汁、たまねぎ、砂糖、塩、りんご酢、料理用白ワインで作ったマリネ液をからませます。

レモンの風味がわかりますか？

○今日の「レモンマリネ」に欠かせないのがレモン汁です。

給食では、より安全・安心な国産のレモンを使用しています。輸入品は、カビ防止の処理をしているからです。

○上福なかよし畑の今日の様子です。次の栽培のために、きれいに畝が作られています。



明日の「毎日食育通信」の3つの重要キーワードです。  
・上福なかよし畑  
・お節料理  
・ごまめ(田作り)  
内容を予想できる人はいいますか？

## 産地調べ

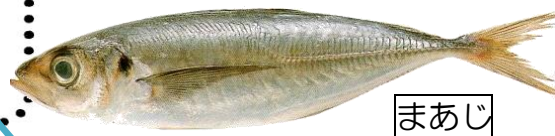
あじ(大)	長崎県	たまねぎ	北海道	カリフラワー	熊本県
レモン	和歌山県	キャベツ	三重県	にんじん	愛知県

## ごみの分別

□普通ごみ…牛乳キャップ・スライスチーズの包装  
□今日のプラごみ…牛乳フード

きょうのこんだて  
あじのレモンマリネ  
スープに  
スライスチーズ  
おおがたコッペパン  
(いちごジャム )  
ぎゅうにゅう

あ	(おもにからだをつくる)
か	ぎゅうにゅう・あじ・てぼまめ・スライスチーズ・ぶたにく
き	(おもにねつやちからのもとになる) おおがたコッペパン・ (いちごジャム )・ でんぷん・あぶら・さとう・ オリーブあぶら
み	(おもにからだのちようしをととのえる)
ど	レモン・たまねぎ・キャベツ・にんにく
り	にんじん・カリフラワー・グリーンピース



まあじ



むろあじ



ぜいごをとり、3凍枚  
おろしにして、冷  
ます。アジを使い

