

2月12日(水)

わかさぎ

わかさぎは、海で成長して卵を産む時期になると、さけのように川をのぼってくるものと、湖などにすむものとに分かれています。

油であげる、焼く、煮るなどいろいろな調理で味わうことができ、骨もやわらかく、ことから、丸ごと食べることができます。

しっかりよくかんで食べましょう。

きょうのこんだて

コッペパン

(りんごジャム)

ぎゅうにゅう

わかさぎフライ

はくさいのスープ

カリフラワーのサラダ

(おもにエネルギーのもとになる)

コッペパン、あぶら

さとう、サラダあぶら

りんごジャム

き

(おもにからだをつくる)

ぎゅうにゅう

わかさぎフライ

けいにく

み

(おもにからだのちょうしをととのえる)

はくさい、コーン

にんじん、パセリ

カリフラワー

みどり

一口メモ

クイズワ わかさぎは、海と川どちらにすんでいる魚でしょうか。

①海

②川

③海と川の両方

○今日の主菜は「わかさぎフライ」です。

わかさぎというと、冬の湖でのわかさぎつりを思いうか



べる人もいると思います。

わかさぎは、海でも成長する魚です。

漢字で書くと「公魚」と書きます。

「公魚」は、江戸時代に将軍家が好んで食べてたため、「公魚」と

つきました。わかさぎは、大きくなても10センチ前後なので、

頭からしっぽまで丸ごと食べることができます。ほねも食べることができます。

わかさぎフライをよくかんで食べましょう。

○月曜日に給食自主管理、給食運営委員会

を開催しました。2月は、保護者の方にも参

加いただきました。保護者の方からは、

「給食は1年生のときから楽しみにしていま

す。行事の献立もあってありがとうございます。」

「家では好きなメニューになりがちなので、いろいろなメニューがでて、栄養面も補ってもらっています。」「おさつパンがすきと子どもが言っていました。おさつパンもでるのですね」な

ど家庭で給食の話題も取り上げていただいていることがわかりました。(株)一富士フード

サービスの主任の方からは、「来年度に向けて3人体制だと思うので、安全に気をつけておいしい給食を作っていくたいです」と結ばれました。



はくさい	岡山県	にんじん	鹿児島県	コーン(冷)	北海道
パセリ	香川県	カリフラワー	徳島県	わかさぎフライ	カナダ

ごみの分別口普通ごみ…牛乳ストロー、袋

クイズの答え：③