

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、骨もやわらかいことから、丸ごと食べることができます。
しっかりと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

き	(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
あか	(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
みどり	(おもにからだのちようしをととのえる) はくさい、コーン、にんじん、パセリ、カリフラワー

クイズ7 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

一口メモ

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浮かべる人もいます。



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、大きくなっても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たいです。」

「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。おさつパンもでるんですね」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きます」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 □普通ごみ…牛乳ストロー、袋

クイズの答え：③