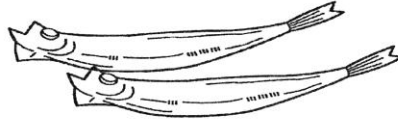


11月分の給食【11/4(火)～11/28(金)】

自己除去：焼きししゃも（3年）

# 11月20日（木）

## ししゃも



ししゃもは、日本では北海道の太平洋岸にすむ  
キュウリウオ科の魚です。  
給食に出るししゃもは、「カラフトシシャモ」  
や「カペリン」と呼ばれ、北太平洋北部から北極  
海、北大西洋北部にかけて世界中の海に広くすん  
でいます。

### きょうのこんだて

やきししゃも  
けいにく・じゃがいものにも  
おおさかしろなのごまあえ  
ごはん  
ぎゅうにゅう

|     |  |
|-----|--|
| あか  | (おもにからだをつくる)<br>ぎゅうにゅう・ししゃも・<br>けいにく・あつあげ・けすりぶし              |
| き   | (おもにねつやちからのもとになる)<br>ごはん・じゃがいも・さとう・<br>すりごま(しろ)・<br>いりごま(しろ) |
| みどり | (おもにからだのちようしきをとのえる)<br>れんこん・さんどまめ・<br>にんじん・おおさかしろな           |

今週は「食育週間」です。

クイズ 13 ししゃもはほとんど輸入されています。ノルウェーやアイスランド、もう一つどこでしょう？

①カナダ

②アメリカ

③ロシア

### 一口メモ

○現在、北海道でとれる本当の「ししゃも(漢字で書くと柳葉魚)」は市場にたくさん出回るほどとれず、あるとしてもとても高価です。私たちがスーパーで見かける「ししゃも」と名前がついているものは、ほとんどが輸入です。北極圏に近い冷たい海でとれるんですね。



○「おおさかしろな」は「なにわ  
の伝統野菜」の一つです。

大阪の天満を中心に栽培さ  
れていたことから、「天満菜」  
とも呼ばれていました。

現在、大阪市内では、住吉区と  
東住吉区で栽培されています。



### 産地調べ

大阪しろな

|       |       |      |     |       |       |
|-------|-------|------|-----|-------|-------|
| ししゃも  | ノルウェー | れんこん | 徳島県 | 大阪しろな | 大阪府   |
| じゃがいも | 北海道   | にんじん | 長崎県 | ごま    | グアテマラ |

ごみの分別 ☐ 普通ごみ…牛乳キャップ ☐ 今日のプラごみ…牛乳フード

クイズの答え：①