

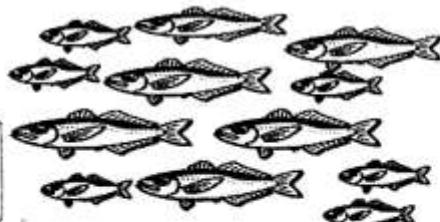
1月26日(火)

あじ



まあじ、めあじ、むろあじ
などの種類があります。

あじは世界中の暖かい
海域にすみ、日本沿岸でと
れる回遊魚です。群れを作つ
て泳ぎます。



クイズ12 「あじ」の背中は、何色でしょう？

- ①赤 ②白 ③青

一口メモ

○「あじ」の名前は、その味のよさに由来するといわれています。一般的に、「あじ」というと「まあじ」のことをさします。今日は長崎県産です。



○あじは塩、白こしょうで下味をつけ、でんぶんをまぶして油で揚げます。サラダ油を熱し、たまねぎを炒め、砂糖、塩、りんご酢、料理用白ワイン、最後にレモン汁を加えてマリネ液を作り、あじにかけています。



○今日の「レモンマリネ」に欠かせないのがレモンです。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ます。



赤鬼が登場しています。もうすぐ2月、節分ですね。

きょうのこんだて

あじのレモンマリネ
スープに
りんご
しょくパン
(バター【キューブ】)

あ	(おもにからだをつくる)
か	きゅうにゅう・あじ ふたにく・てぼまめ
き	(おもにねつやちからのもとになる) しょくパン (バター【キューブ】) でんぶん・なたねあぶら さとう・サラダあぶら
み	(おもにからだのちょうしをととのえる)
ど	たまねぎ・レモン
り	キャベツ・だいこん にんじん・グリンピース にんにく・りんご

レモン	広島県	キャベツ	三重県	にんにく	青森県
たまねぎ	北海道	だいこん	鹿児島県	りんご	青森県

ごみの分別 □普通ごみ…牛乳キャップ・バターの包み □今日のプラごみ…牛乳フード

クイズの答え : ③