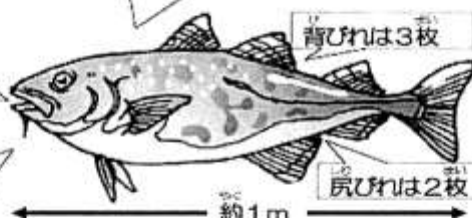


2月12日(金)

まだら

どうも 東北から北海道にかけての北
たいへいよう 太平洋や日本海、オホーツク海
などにすんでいます。

からだじゅう
体中にまだらもようがあ
ることから、「まだら」という説
もあります。

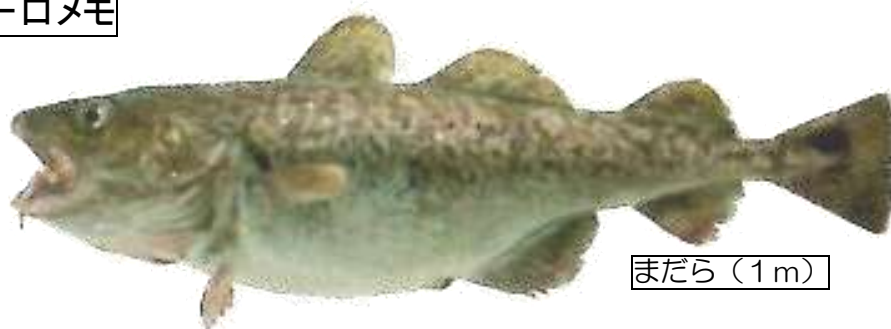


たらは大食いの魚で、えびや貝などを食べます。いつもおなかが大き
くふくらんでいることから、おなかいっぱい食べること、
「たらふく食べる」といいます。

クイズ 魚にも、旬があります。「まだら」の旬は、いつでしょう？

- ①春 ②夏 ③秋 ④冬

一口メモ



きょうのこんだて

まだらのからあげ
じゃがいもとやさいのにももの
プチトマト
ごはん
ぎゅうにゅう

あ	(おもにからだをつくる)
か	ぎゅうにゅう・まだら あつあげ・けずりぶし
き	(おもにねつやちからのもとになる)
き	ごはん でんぷん・なたねあぶら じゃがいも・さとう
み	(おもにからだのちょうしをととのえる)
ど	だいこん・にんじん
り	さんどまめ・プチトマト

トマトに含まれるリコピンには、抗酸化作用があり、老化やがんの予防に効果があります。



○たら(鱈)は漢字で魚へんに雪と書きます。その由来は、初雪が降るころからとりはじめるから、身が雪のように白からなどと言われています。

○給食室では、この「まだら」の切り身に料理酒で下味をつけ、でんぷんをまぶして油で揚げます。それに、みりん、こい口しょうゆ、だしで作ったたれをかけてくださっています。

○すっかり葉を落とし、枝だけになって厳しい冬を乗り越えている上福の柿(左)となし(右)です。もうすぐ訪れる春の準備をしています。自然の恵みへの感謝とまた新しい命を芽吹かせてくれることを願って、全員で「お礼の肥料やり」をしたいと思います。



まだら	アメリカ	だいこん	徳島県	三度豆(冷)	タイ
じゃがいも	北海道	にんじん	鹿児島県	プチトマト	徳島県

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：④の冬