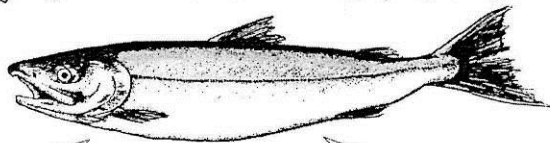


9月23日(金)

さけについて知ろう



さけは、川で生まれ、海で育ち、川にもどってきてたまごを産んで一生を終える魚です。

さけの身の色は赤く見えますが、白身魚のなかまです。

「五目汁」は、「ふ」の個別対応献立です。

きょうのこんだて

さけのしょうゆふうみやき
ごもくじる
こうやどうふのいりに
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・さけ・けずりぶし だしこんぶ・ぶたひきにく こうやどうふ(ふんまつ) ひじき
き	(おもにねつやちからのもとになる) ごはん・ふ・さとう サラダあぶら ノンエッグドレッシング
み	(おもにからだのちょうしをととのえる)
ど	たまねぎ・キャベツ・にんじん
り	たけのこ・あおねぎ・えのきたけ グリーンピース

クイズ14 「ノンエッグ」とはどういう意味でしょう？

- ①たまごをつかっていない ②たまごがすこし入っている

一口メモ

★残暑が厳しいかなと思いきや、雨が多くて湿気の多い不快な日も多かったですね。今週は3連休明けに台風のため臨時休校、昨日は秋分の日でお休みでした。夏から秋への季節の変わり目で、昼と夜の気温差もあり、体調が整いにくい時期です。さらに運動会の練習もあり、こんな時こそ、余計に「早寝・早起き・朝ごはん」を心がけましょう。そして「手洗い・うがい」も忘れずに！

★3・4年生の練習風景です。力が入っています。



さけの下味に、ノンエッグドレッシングを使用しています。
卵アレルギー対応食品です。



さけ	北海道	たまねぎ	北海道	にんじん	北海道
キャベツ	長野県	青ねぎ	徳島県	ひじき	三重県伊勢市

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