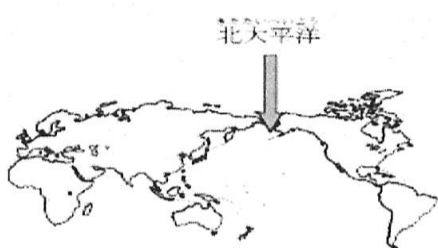
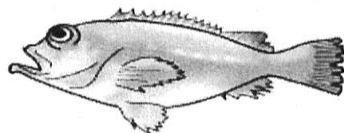


## 5月1日 (月)

あか  
赤うお  
魚

あかうお

給食で赤魚とよばれているものは、「アラスカメヌケ」と

いう魚です。北太平洋の寒くて深い海にすんでいます。

たいちょう

体長は40～50センチメートルぐらいのものが多いです。

きょうのこんだて

あかうおのしょうゆだれかけ  
みそしる  
わかたけに  
ごはん  
ぎゅうにゅう

あか	(おもにからだをつくる) あかうお、ぶたにく、うすあげ、 あかみそ、しろみそ、だしこんぶ、け ずりぶし、なまわかめ、ぎゅうにゅう
き	(おもにねつやちからのもとになる) さとう、ごはん
みどり	(おもにからだのちょうしをととのえる) キャベツ、たまねぎ、にんじん、 もやし、たけのこ

クイズ1 「わかたけに」に必ず使う食品は、つぎのうちどれでしょうか。

① たけのこ ② うすあげ ③ わさび

## 一口メモ

○給食の赤魚は、「アラスカメヌケ」という魚です。赤魚(一切れ50g)に塩で下味をつけて、焼き物機で220℃、12分、蒸し焼きにします。焼いた赤魚に、料理酒、みりん、うす口しょうゆで作ったたれをかけています。



あかうお (アラスカメヌケ)

○副菜には、「わかたけ煮」もです。わかたけ煮は、春に収穫する新たけのこと新わかめを使っています。わかめとたけのこを使用した献立なので、「わかたけ煮」と名付けられています。和食の春の代表的な煮物です。

○上福島小学校の校庭にも、春の花を見つけました。

「つつじ」がきれいに咲いています。



給食のたけのこ



給食の生わかめ(冷凍)

赤魚	ロシア	キャベツ	愛知県	もやし	京都府(工場)
たまねぎ	佐賀県	にんじん	徳島県	生わかめ	岩手県

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: ①