



きょう さけ ひ 今日(きょう)はさけ(さけ)の日(ひ)です。さけ(さけ)は漢字(かんじ)で「鮭(さけ)」と書(か)きますが、この漢字(かんじ)を分解(ぶんかい)すると、「魚(さかな)・十(じゅういち)・十(じゅういち)」になるので、11月(がつ)11日(にち)は鮭(さけ)の日(ひ)とされています。

さけ ひ 鮭(さけ)の日(ひ)にちなみ、きゅうしょく 給食(きゅうしょく)ではさけ(さけ)の粕漬(かすづ)け焼(や)きをつくりました。さけ(さけ)かす(かす)は日本酒(にほんしゅ)を絞(しぼ)った後(あと)に残(のこ)る白(しろ)い固形物(こけいぶつ)のこ(こ)とです。さけ(さけ)かす(かす)とく(と)ゆう(ゆう)ふうみ(ふうみ)やうま(うま)味(み)を活(い)かして様々(さまざま)な食(しょく)品(ひん)に利(り)用(よう)されています。

りょうり うし 料理(りょうり)の後(うし)ろのマ(マ)ーク(ーク)は、その料(りょうり)理(り)が体(からだ)の中(なか)で主(おも)にど(は)ん(は)な働(はたら)き(き)をす(す)るか(か)を(を)表(あらわ)して(して)い(い)ま(ま)す(す)。

エネルギーになる…★

きんにく ほね 筋肉(きんにく)や骨(ほね)をつ(つく)るも(も)とに(に)な(な)る…○

からだ ちょうし ととの 体(からだ)の調(ちょう)子(し)を(を)整(ととの)え(え)る…\*



じゃがいもと大豆(だいず)の煮物(にもの)★○\* 牛乳(ぎゅうにゅう)○

さけ(さけ)の粕漬(かすづ)け焼(や)き○

ごはん★

やさいじる 野菜汁(やさいじる)○\*