



きょう さけ ひ
今日は鮭の日です。さけは漢字で「鮭」と書きます
が、この漢字を分解すると、「魚・十一・十一」
になるので、11月11日は鮭の日とされています。
さけ ひ
鮭の日にちなみ、きゅうしょく
給食ではさけの粕漬け焼きを
つくりました。さけかす にほんしゅ しぼ あと のこ しろ
酒粕は日本酒を絞った後に残る白い
こけいぶつ
固形物のことです。さけかすとくゆう ふうみ み い
酒粕特有の風味やうま味を活
かしてさまざま しょくひん りよう
様々な食品に利用されています。

りょうり うし
料理の後ろのマークは、その料理がからだ なか おも
料理が体の中で主
にどんな たら 仕事をすることをあらわ
にどんな働きをするかを表しています。

エネルギーになる…★

きんにく ほね
筋肉や骨をつくるもとになる…○

からだ ちょうし ととの
体の調子を整える…＊



ごもくにまめ
五目煮豆★○＊

ぎゅうにゅう
牛乳○

さけのかすづ や
さけの粕漬け焼き○

ごはん★

やさしいる
野菜汁○＊