令和５年　７　月　１２　日（　水　）

今日の南中給食

メニュー

- ご飯（しゃもじ）
- 鯖の香味焼き（大お玉）
- レモン和え（ぎざお玉）
- かきたま汁（大お玉）
- 牛乳

今日の栄養メモ

和食のさっぱりした献立です。鯖の香味焼きは、にんにく、しょうが、にらといった香味野菜と調味料で漬け込み、ごまをふっているので、香ばしくておいしいです。日本の鯖の漁獲量は世界でも中国に次いで、二番目に多いですが、日本の店先に並ぶものは、脂ののったノルウェーやアイスランド産のものが多いです。これは日本で水揚げされるものは、小型で、脂がのっているものが少なく、缶詰や、他の大型魚のえさにしたり、輸出されてしまうためです。近年、日本では漁獲量が減って問題となっています。