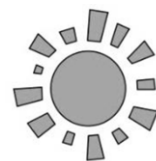


令和3年 11月 18日(木)



# 今日の南中給食



## メニュー

- ・ご飯
- ・魚のもみじ焼き
- ・大豆の磯煮いそに
- ・野菜のおかかけ
- ・すまし汁
- ・牛乳



魚のもみじ焼きですが

- ・アルミカップは折りたんで返却
- ・返却時、食缶の中は残したものと空のアルミカップをわけて返却して下さい。

食缶の中でぐちゃぐちゃになっていると調理さんが片付ける時に困ります！！

## さけ 鮭について

アイヌの人々に「神の魚」と呼ばれ、大切にされてきた鮭。

身や卵はもちろん、皮や骨まで余すところなく利用されてきました。

肉に負けないほど良質りょうしつのたんぱく質ほうふが豊富で、IPA や DHA などの

脂肪酸しぼうさんも多く含まれています。日本人にもっともなじみが深いのは

白鮭しろさけ。漁場ぎょじょうは北海道が中心で、おもに秋に定置網などで漁獲ていちあみされます。

アメリカなどからも、たくさんの種類の鮭ゆにゅうが輸入されています。

鮭の卵は、薄い膜うすまくがついた状態の未熟な卵巣みじゆくらんそうをスジコ、完熟した卵

を1粒つぶばらしたものをイクラといいます。

