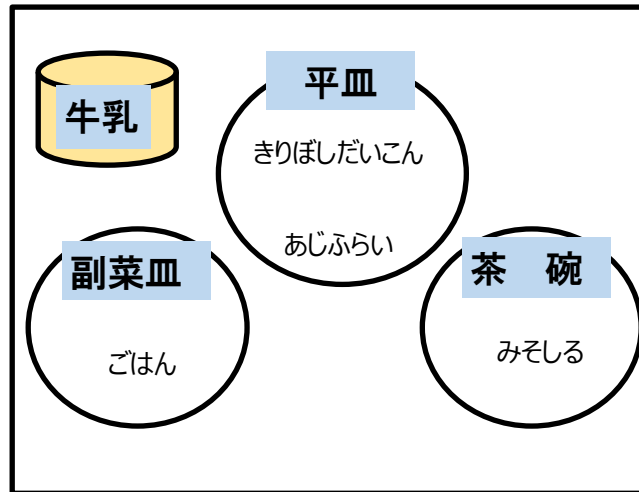


きゅうしょくつうしん

5月19日(木)
ごはん
みそ汁しる
アジフライ
きほだいこんにもの
切り干し大根の煮物
ぎゅうにゅう
牛乳



きょう さかな
今日のフライの魚は、「あじ」です。あじは、せあお さかな
背の青い魚です。

からだ つく
体を作るもとになるたんぱく質や良質の脂肪がたくさん含まれてい
て、にほんじん けんこう ささ
て、日本人の健康を支えています。

あじは、さかな なか
魚の中でもとてもおいしいので「味が良い」ところか
ら、あじと言われるようになったそうです。

えいよう ほうふ た
栄養が豊富なあじをしっかりと食べましょう。

さかな ほね ちゅうい
魚の骨に注意！！

か ほね かくにん
よく噛んで、骨がないことを確認

