

きゅうしょくつうしん

5月30日（月）

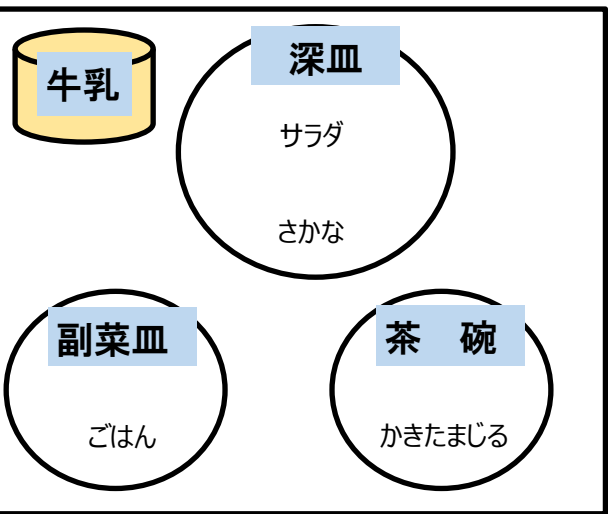
ごはん

かきたま汁

魚の甘酢あんかけ

かりかりジャコサラダ

牛乳



きょう きゅうしょく さかな
今日の給食の魚は、「ホキ」です。オーストラリアの沖の深い海に住んでいる白身の魚です。魚屋さんでは、あまり見かけませんが、かまぼこなどのすり身に使われることも多いです。くせのないさっぱりした味の魚です。

きょう あぶら あ やさい
今日は、油で揚げて野菜のあんかけをのせました。
にく さかな しつ と
肉からだけでなく、魚からもたんぱく質を摂って
じょうぶ からだ つく
丈夫な体を作りましょう。