

# きゅうしょくつうしん

5月30日（月）

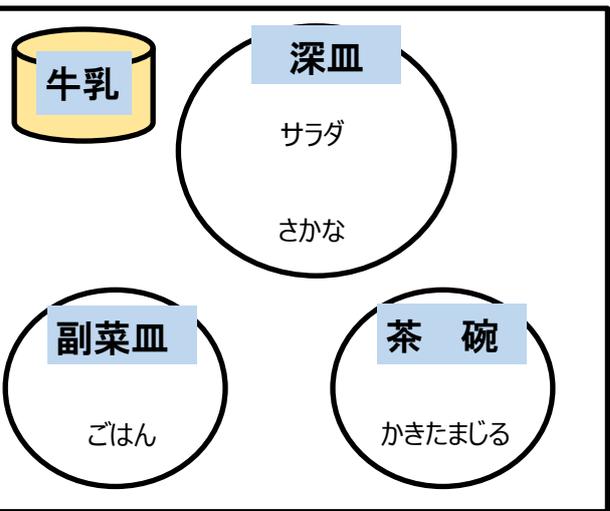
ごはん

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 からだ つく  
肉からだけでなく、魚からもたんぱく質を摂って丈夫な体を作りましょう。