

今日の給食

令和8年9月8日

今日のメニュー

ごはん、イワシの青のりフライ、トマトときゅうりのサラダ、
えのきのすまし汁、牛乳



＜年長児のプレート＞

今日の食材紹介とクイズ(栄養教諭の先生より)

今日は「イワシの青のりフライ」の紹介とクイズをします。ではさっそくですが、クイズです。

イワシは魚へんに何という漢字をつけるでしょうか。

- ①強（つよい）
- ②弱（よわい）
- ③小（ちいさい）

正解は②弱（よわい）でした。

イワシは鮮度（せんど）が落ちやすいため魚へんに「弱」（よわい）という字をあてます。またカツオやマグロなどのえさとなるため、何万匹、何十万匹という群れになって行動しています。DHA（ディーエイチエー）やEPA（イーピーエー）、カルシウムなどの栄養素（えいようそ）がたくさんふくまれる魚です。

美味しく作ってくださる調理員さんに感謝して残さずいただきます。