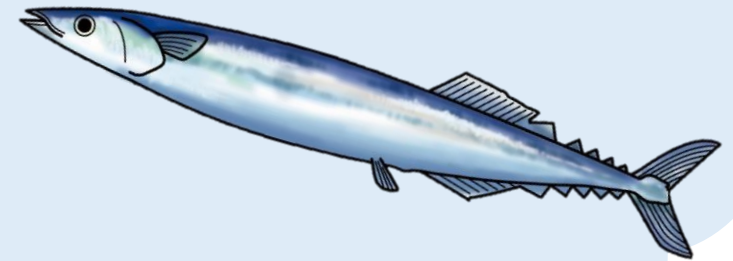


骨つきのさんまを
きれいに食べよう！

新型コロナウイルス感染症の拡大で、
外食が減ったことにより、
魚屋さんで外食用のさんまが
余ってしまっているそうです。



食品ロスを減らすため、
今日の給食ではさんまをつかいました。

いつもの給食では、骨が取り除かれた状態の切り身の魚をだしていますが、
今日のさんまには骨がついています。

この機会に、**骨つきの魚をきれいに
食べることに挑戦**してみませんか？
骨つきの魚をきれいに食べられると
かっこいいですよ！



食べ始める前に確認！

魚の盛りつけ方

自分から見て、

頭が「左」、しっぽが「右」になるようにおく。

今日のさんまは、頭が取れているので、背中が「奥」、腹が「手前」になるようにおく。



- ① 骨にそって、頭からしっぽへ
一直線におはしをいれる。



② 背側の身をはがして、食べる。

⑥



③ 腹側の身をはがして、食べる。

⑦



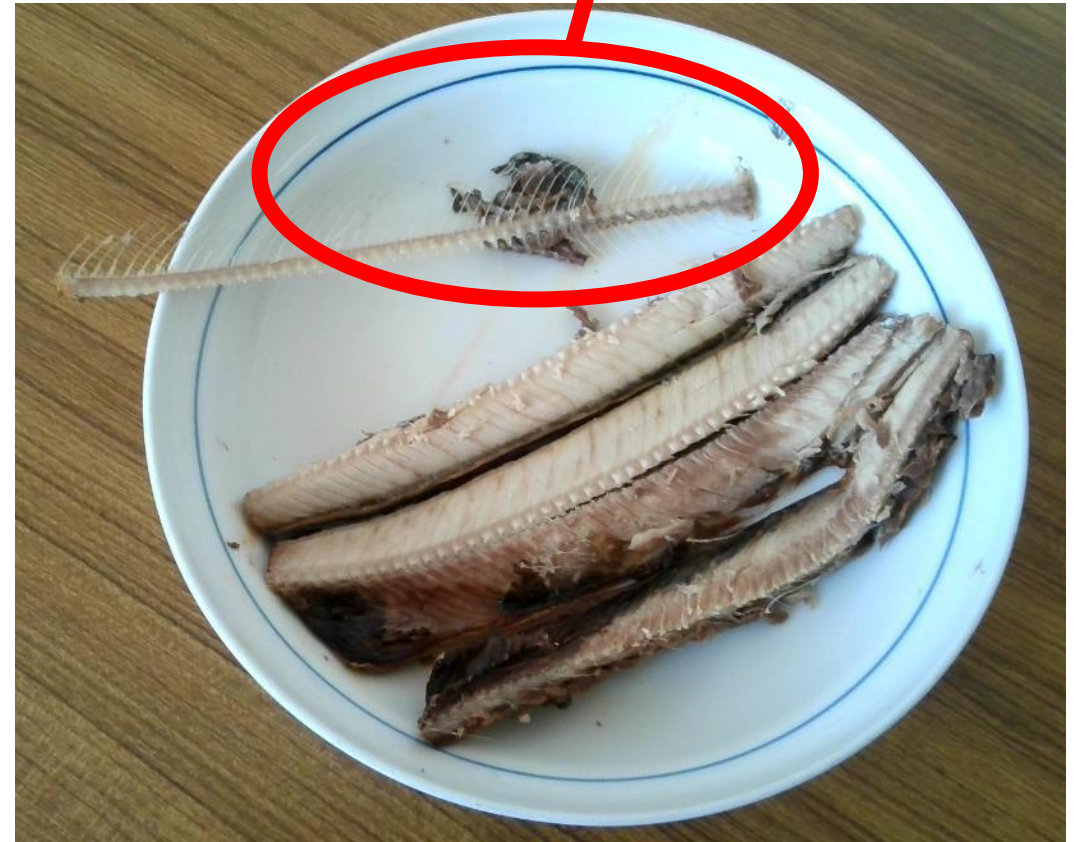
④ 中骨（なかぼね）をとる。



魚の身を
うらがえして
食べるのは×！

⑤ 小骨や内臓をとって
のこりの身を食べる。

食べられないところは、^⑨
右奥におく。



皮の上からおはしをいれるのが
むずかしければ・・・



横方向に
おはしをいれて
はがしてもOK!

いかがでしたか？

きれいに食べられるようになると、
骨つきの魚でも食べるのが楽しくなりますよ。
きれいに食べて、みんなで魚の食べ方の
達人を目指しませんか？



参考：見た目もきれいに、隅々まで食べつくす
魚の盛りつけ方と食べ方(農林水産省)

https://www.maff.go.jp/j/pr/aff/1709/spe1_04.html