

五中三二給食通信

令和 6年 12月 2日 NO.127

今日の給食は「氷下魚^{こまい}の竜田揚げ」です。今回は「氷下魚^{こまい}」についてです。

氷下魚はタラ科の魚で北海道の東側に生息しています。名前の由来は、アイヌ語で「小さな音の出る魚」という意味で、氷の張った低水温で産卵するため、漁獲方法も北海道では氷の下に網^{あみ}を入れて行うことから氷の下の魚と漢字で書きます。

脂^{あぶら}のりがよく栄養価も高い魚です。小ぶりで骨がやわらかいので骨ごと食べられる魚です。今日は竜田揚げにさせていただきます。



いよいよ12月！師走^{しわす}です！！
いろいろやること多くて忙しいけれど、
しわすれ（し忘れ）ないように過ごそう（‘w’）ノ
こまい食べて、てんてこまいにならないようにね
(^_-)-☆



参考に盛り付けてね♪

《今日の献立》

ごはん

氷下魚^{こまい}の竜田揚げ（1人3尾）

五色和え

大根のみそ汁

牛乳



赤の食べもの	黄色の食べもの	緑の食べもの
血や肉になるもの	熱や力のもと	体の調子を整えるもの
牛乳 こまい 生揚げ わかめ みそ さば節	米 でんぷん 油 白すりごま 砂糖	しょうが キャベツ 小松菜 にんじん もやし ホールコーン 大根 えのきたけ