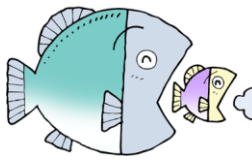


おさかな

がつ 12月 こんだて
12月のおさかなの献立



きゅうしょくだより

あさばん、ひえ込むようになりましたね。今年も残すところ後、一か月です。
たいちょう くす きそくただ せいかつしゅうかん えいよう しょくじ
体調を崩さないように規則正しい生活習慣と栄養バランスのよい食事、
てきと うんどう じゅうぶん すいみん こころ てあら しゅうかん
適度な運動、十分な睡眠を心がけ、手洗い・うがいを習慣づけましょう。

12/12
てや
ぶいの照り焼き

おわせ すん ひと おわせ い おた ひと おお
尾鷲に住んでいる人に尾鷲のさかなと言えば、「ブリ！」と答える人が多いので
はないかな。ブリは、アジの仲間ですが、“せいご”はついていません。体の形は、
ぼうすいけい およ む きせつかいゆう ふゆ しゅん かん
紡錘形で泳ぐのにぴったり。群れで季節回遊していて、冬が旬です。“寒ブリ”と
よ ゆき お い
呼ばれ、雪が降るたびにおいしくなるとも言われています。

がつ きゅうしょく どうしゅう
12月も給食に登場する
でギョざいます。みんな
が、「おいしい」と食べてく
れると、うれしいな〜♡

ぶい
鯷

がつ しわす い
12月は師走と言われます。
ブリは漢字で魚ヘンに
「師(年寄り)」と書きます。
ふゆ とく おい さい
冬は特に美味しい魚のため、
「師走(しわす)の魚」とい
うことが由来です。

おわせ たいぐん はる きた うみ えいよう たくわ
尾鷲にブリの大群がやってくるのは、「春」です。北の海で栄養を蓄えたブリ
が、おわせ うみ かいゆう おおわせ かん
尾鷲の海へ回遊してきます。だから尾鷲のブリは、「寒」のブリだけでなく、
「春」も旬です。春になった時に、冬の時と食べ比べてみてくださいね。



おさかなクイズ①

けいじどうしゃ の さかな
軽自動車に乗りたがる魚は、
なーんだ？

おさかなクイズ②

さかな
「魚にないのは、どの
そうき
臓器？」
①腎臓 ②心臓 ③肺

前回のクイズの答え

- ①空振り
- ②サンマ
- ③ユウレイクラゲ

おさかなクイズ③

めったに見ることのできない「まぼろしの
さかな」は、なんという魚でしょう。

- ①すすき ②たなか ③いとう

こた じぶん しら せんせい うち ひと き ぞうだん
答えは、自分で調べたり、先生やお家の人に聞いたり、みんなで相談してね♪

