



6月19日(月)は

まいとし がつ しょういっげっかん  
毎年6月は「食育月間」  
まいつき にち しょういっく ひ  
毎月19日は「食育の日」

あ い ち  
**愛知**を食<sup>た</sup>べる学<sup>が</sup>校<sup>っ</sup>給<sup>こ</sup>食<sup>う</sup>の日<sup>しょく</sup>

この日の献立には、尾張旭市産や愛知県産の食材をたくさん使っています。  
地域の新鮮な食材に触れ、味わうことができます。農家のみなさんが、心を込めて育て  
てくださっているので、よくかんで味わって食べましょう。



~~~~~<sup>がつ</sup> <sup>にち</sup>6月19日 <sup>きゅうしょくこんだて</sup> 給食献立 ~~~~~

がまごおり  
・蒲郡みかんゼリー

・もやしの赤じそあえ  
・メヒカリのフライ

ぎゅうにゅう  
・牛乳

・ごはん

・肉じゃが

おお  
大きな目がキラリと光る!

「メヒカリ」ってどんな魚?

青く大きな目が光るように見えるので、通称「メヒカリ」と呼ばれています。渥美半島の沖合、水深200~300メートルで獲ることができます。ほとんどが蒲郡市で水揚げされます。

身は柔らかく、脂がまったりとして味が良く、塩焼き、天ぷら、から揚げ、干物などどんなふうにも食べてもおいしい魚です。今回はフライにさせていただきます。昔は水揚げされても売れない魚でしたが、今ではそのおいしさが知られスーパーなどでも見かけるようになりました。

骨ごと食べることができるので、カルシウムもしっかり摂れ、成長期のみなさんにピッタリの魚です。ぜひ、味わってみてください!

19日の給食には、尾張旭市の畑で心を込めて育てられた「たまねぎ」と「じゃがいも」が登場します!  
地域で生産された食べ物を、地域で消費することを「**地産地消**」といいます。  
私たちが住んでいる尾張旭市では、ほかにいろいろな食べ物が作られています。

