



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^たべる学^が校^っ給^こ食^うの日^し

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</sup>つ<sup>に</sup>ち<sup>きゅうしよく</sup>こんだて  
**6月19日 給食献立**~~~~~

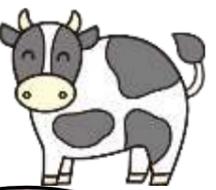
がまごおり  
・蒲郡みかんゼリー



・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



にく  
・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。

