

11月 13日(月)

おいしいなつうしん

◎金曜日の正解◎ ① あさがお

あさがおは、ヒルガオ科サツマイモ属の植物で、さつまいもの仲間です。

◎今日のクイズ◎

一昨日11月11日は「チーズの日」「鮭の日」「もやしの日」「箸の日」です。そこで、

「鮭」を使った「チーズ」焼きと、「もやし」のおひたし、「箸」を使って食べる献立にしました。

「鮭」は秋が旬です。サケの稚魚(赤ちゃん)は、川から海に出ていきます。ほとんどのサケは、最初の夏をオホーツク海、冬から春を北太平洋で過ごします。その後の3~5年は、冬はアラスカ湾、夏はベーリング海で過ごし、生まれた川へ戻ってきます。このときにとれるサケが「秋鮭」といわれ、秋の旬の味覚として親しまれています。

ではクイズです。次のうち、秋が旬の魚はどれでしょうか？

- ① あじ
- ② ぶり
- ③ さんま

ぎゅうにゅう  
ごはん  
さけとじゃがいものチーズ焼き  
こまつなともやしのおひたし  
のっぺいじる

もりつけかた

こまつなともやしのおひたし

さけとじゃがいもの  
チーズ焼き

ごはん

小わん

のっぺいじる

大わん

正解のクラス

栄養士の先生が戻ってきてから  
つたえます。

