

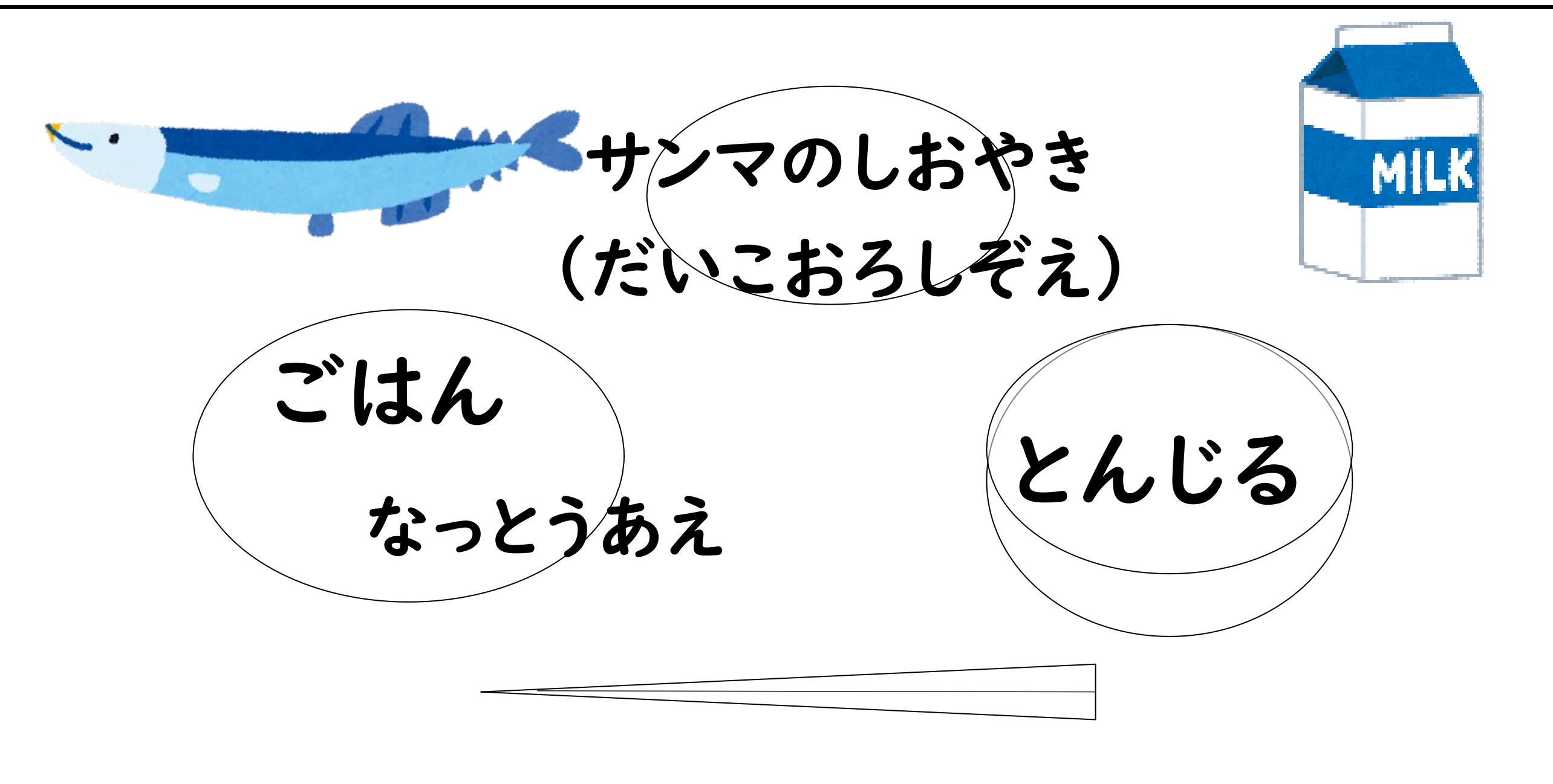
令和7年度

☆ランチタイム☆



9月18日(木) のもりつけ

ふきじましよう
きゅうしょくしつ
富貴島小給食



★ 9月18日(木) の献立

ごはん

さんま しおや だいこん
秋刀魚の塩焼き(大根おろし添え)

とんじる
豚汁

ぎゅうにゅう
牛乳



今日は、これからどんどん美味しいくなる

【秋刀魚】についての お話を。

秋刀魚は、漢字でも分かる様に、秋に美味しいくなる
刀のように見える魚です。

秋刀魚の寿命は、2~3年と短く 今の時期の9~10月は、
体に脂を たっぷり貯めているので とても美味しいです。

魚には、私たちの体で作ることのできない

頭をよくする 栄養素(EPA:イ-ヒー-エー)があります。

しっかり食べて もっと賢くなりましょう!

