

きょうのこんだて

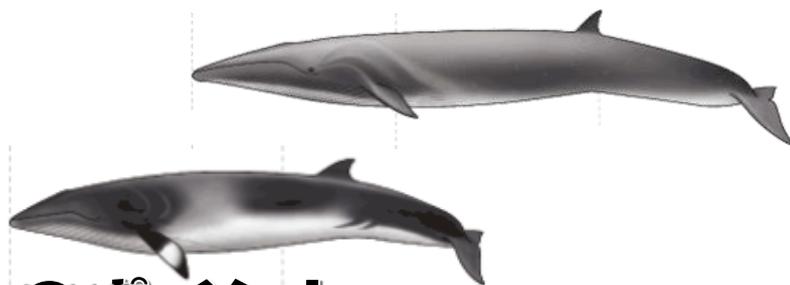
1がつ24にち

ごはん

ジュリアンスープ

くじらのノルウェーに

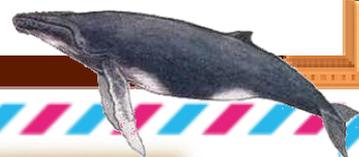
ハムのマリネサラダ



きょうのポイント

くじら

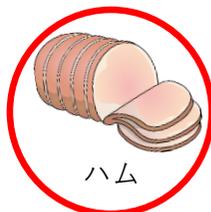
縄文時代のころから海に出てとられていました。食べる以外に骨を土器を作るための台にしたりしていました。日本では仏教が伝えられたあと、一般に肉食が禁止され主に魚から動物性たんぱく質をとってきました。その中でもくじらは貴重な食材として、江戸時代までは献上品として使用されていたことがわかっています。給食ではケチャップソースで出てきます。



1がつ24にち きょうのたべもの



くじら



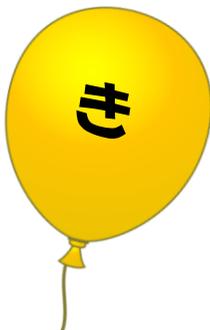
ハム



ちくわ



のり



ごはん



あぶら



さとう



たまねぎ



きゅうり



パセリ



とうもろこし



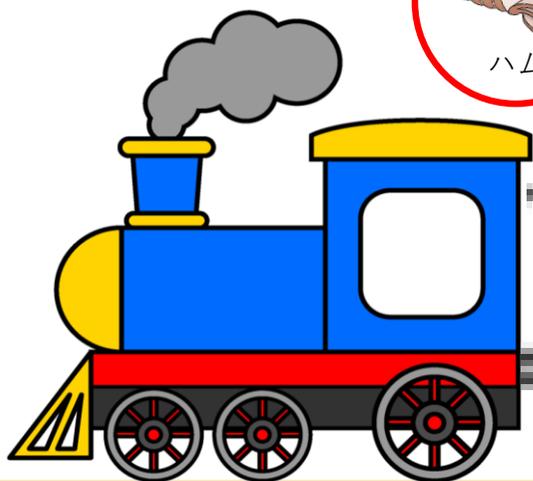
キャベツ



レタス



にんじん



からだを
つくるもと

げんきいっぱい
エネルギーのもと

びょうきにまけない
からだのちょうしを
ととのえる