

7月14日(金)



今日の給食は ごはん サケの照り焼き ブロッコリーソテー

じゃが芋の味噌汁です。

魚は タイやヒラメなどの白身の魚 カツオやマグロなどの赤身の

魚、アジやイワシなどの青身の魚に分けられます。

これは 見た目や魚の体の中の栄養色素の影響です。

しかし、今日皆さんが食べるサケは見た目は赤いですが

白身の魚です。それはサケがエサとして食べる オキアミやカニの赤い色が身の色になったからで

これらのエサを食べないと身は白いままです。