

12月18日（水）

きょう きゅうしょく  
今日の給食は、ごはん さばのぶんかぼし きりぼしだいこんの煮もの とり  
しる ぎゅうにゅう  
じゃがみそ汁 牛乳です。

いま れいそうこ しんせん なが ほそん やさい  
今のように冷蔵庫など新鮮にたべものを長く保存できなかったころは、野菜や  
さかな きせつ くふう なが ほそん  
魚をたくさんある季節に工夫して長く保存し、たべものがなくならないようにし  
ていました。 その一つがたべものの水分を少なく加工する方法です。今日のさば  
ひと すいぶん すく かこう ほうほう きょう  
は「ぶんかぼし」といって、魚を一度塩水に漬けてから乾燥させてつくった干物  
さかな いちどしおみず つ かんそう ひもの  
です。きりぼしだいこんも大根を細く切って、干してつくります。どちらも、う  
だいこん ほそ き ほ  
まみがぎゅっとつまっておいしくなります。

★担任の先生へ★干物なので骨がある部分があります。骨に気を付けて食べるよう声掛けをお願いします。