

2月 19日（月）今日の盛り付け

大皿：ワカサギのごまがらめ

（1人3尾）

じゃがいもの変わりきんぴら

大碗：大豆入り五目ごはん

小碗：白菜と豆腐のみそ汁

トレイ：牛乳

いよかん



【ひとくちメモ】今日の給食は和食です。

ワカサギ

ワカサギは「キュウリウオ科」に分類されている魚で、シシャモやチカと同じ仲間です。そう言われてみれば、どこことなくシシャモにフォルムが似ていますね。ワカサギはもともと海の魚です。利根川をのぼったものが霞ヶ浦で繁殖して、漁師が獲るようになりました。霞ヶ浦のワカサギを長野県の諏訪湖に放流したところ、繁殖に成功しました。その採取した卵を全国の湖に配ったことで、ワカサギ釣りが広まりました。ワカサギの寿命は1年から3年程度で、生まれてから1年未満の個体を「当歳魚」と呼んでいます。大きさは生息地のエサの量やワカサギ自体の密度によりませんが、釣りの対象になるのは7～8cm程度から。三歳魚になると10cm以上に成長して「デカサギ」と呼ばれ、多くのワカサギフリークを魅了しています。0～30℃の広範囲な水温に適応するとされており、生息地は北海道や東北を中心とした東日本に多く分布しています。

基本的に標高の高い山上湖に生息していますが、現在では養殖によって全国さまざまな湖に放流され、九州でもワカサギ釣りが楽しめるなど人気の釣りとして定着しています。

アメリカのカリフォルニア州にも生息しているらしいですよ。

今日の給食も残さず食べましょう(^^♪