

3月 6日 (金) 今日の盛り付け

大皿：ベーコンチーズ
丸パン
フィッシュアンド
チップス

大碗：ABC トマトスープ

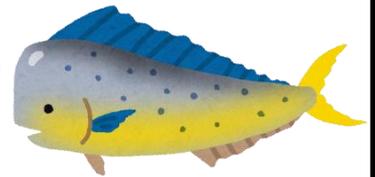
小碗：グリーンサラダ

トレイ：牛乳



【ひとくちメモ】 今日の給食は洋食です。

シイラ



シイラは、温かい海に^{せいそく}生息する魚で、日本やハワイではマヒマヒと^よ呼ばれることもあります。最大で体長^{さいだい たいちよう}2m、体重 40kgにもなる大きな魚で、身の色は^{あわ}淡いピンクをした^{あかみさかな}赤身魚です。関東や東北では、あまり^{りゅうつう}流通していませんが、^{ぎょかくりよう}漁獲量の多い^し四国や九州では、^{りゅうつう}流通しています。海外では、^{こうきゅうぎょ}高級魚として食べられている魚です。

シイラという名前は、身の入っていない^{いね もみ}稲の粃を意味する「粃（しいな）」がなまって呼ばれるようになったそうです。これは、シイラの皮が^{かた}硬く、^み身が少ないことを^{たと}例えたといわれています。産卵^{さんらん}シーズンが終わった^{あきいこう}秋以降のものの方が、^{あぶら}脂が^の乗り^{おい}美味しいため、旬は11月^{しゅん}以降になります。脂分^{あぶらぶん}が少なく、身が^{たんぱく}淡泊でクセがないため、バター焼き・ムニエル・フライなどの色々な調理方法で^{おい}美味しく食べられます。

今日は、フィッシュアンドチップスにしいらを使っています。サイコロ状になっているので骨はありません。よく噛んで食べましょう。

今日の給食も残さず食べましょう(^^♪