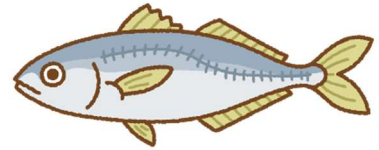


献立ひとくちメモ

10月9日(金)

今日の給食の主菜は「アジフライ」です。

アジはたんぱく質が多く、
特にうまみ成分のグルタミ



ン酸が豊富で味がよいことから「アジ」という名前になったと言われています。また、心臓や肝臓の機能を高める「タウリン」も多く含まれています。

さて、今日の給食は、
ごはん・汁物・おかずが
そろった「和食」です。
皆さんは食器の位置を



普段意識できていますか？主食は左手前です。日本の食文化を大切にするために、それだけでも気を付けて食べましょう。