

5 月 25 日の



しょくいく

食育クイズ

さかな

魚ナッツ



魚ナッツは、いりことアーモンドを調味料と混ぜて、給食室で手作りしています。よ〜く混ぜないとパラパラに仕上がらないので、調理員さんが根気よくがんばってくれています。

さて、魚ナッツには「いりこ」という魚を使っていますが、「いりこ」は何の魚の赤ちゃんでしょうか？

- ①まぐろ    ②あじ    ③いわし

こたえは、③のいわしです。いわしの稚魚を乾燥させたものが「いりこ」です。カルシウムたっぷりで、みんなの骨や歯を強くしてくれるので、ぜひ食べてくださいね！