

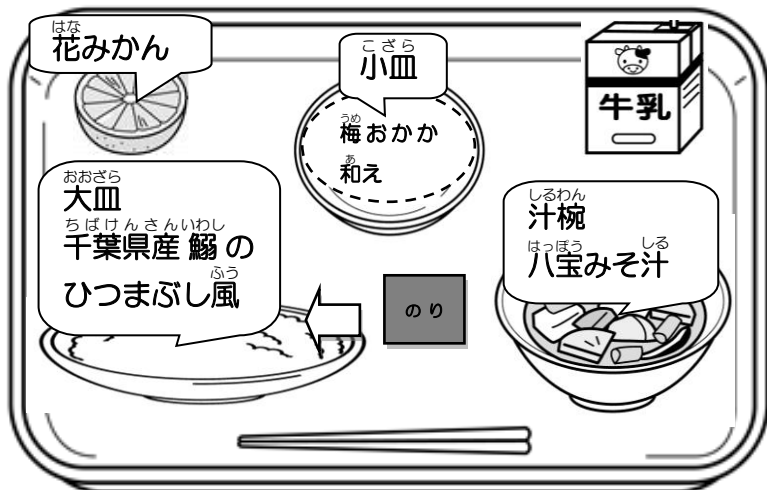


きゅうしょくニュース

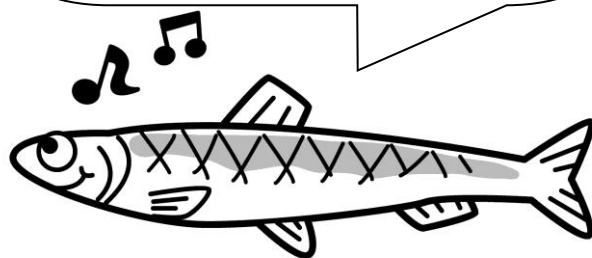


れいわ ねん がつ か きんようび
令和7年10月3日金曜日

あす いわし ひ 明日は「鰯の日」



れいわ ねん るい
令和4年のいわし類（まいわし、うるめいわし、かたくちいわし、しらす）のぎょかくりょうは、ちばけん ぜんこく い 漁獲量は、千葉県が全国3位です。特に ちょうしこう 鰯子港は、いわしの産地として ゆうめい おお みす あ 有名で、多く水揚げされています



あす がつ か い わ し ごろ あ いわし ひ
明日10月4日は、1・0・4の語呂合わせで「鰯の日」です。
がつ にゅうばい いわし しょうかい いわし つ ゆ じ き あき
6月に入梅鰯を紹介しましたが、鰯は梅雨の時期から秋にかけて旬で、今の時期は「秋鰯」と呼ばれています。

いわし ひゃく お くすり かくげん
鰯には、「いわし百尾 〇〇〇の薬」という格言があります。
さて、この〇〇〇は何でしょう？

①あたま ②おなか ③びはだ …答えは①あたまです。

いわし あぶら あたま はたら よ ディイーイー イーピーイー
鰯の脂には、頭の働きを良くするといわれるDHAやEPAがたっぷりなので、勉強がはかどりたい人には、ぴったりですね！

きょう ちばけん みず あ いわし ふう
今日は、千葉県で水揚げされた鰯を、ひつまぶし風にしました。

きざ め あ
刻みのりをかけて召し上がってください♪

いま しゅん しずおかけんさん ごく わ せ
デザートのみかんは、今が旬！静岡県産の極早生みかんです。

☆今日の給食に使っている千葉県の食べ物☆

こめ ぎゅうにゅう いわし のり ふなばししさん こまつな
米 牛乳 鰯 海苔 きゅうり 船橋市産→小松菜

