



かみかみ・ほねぶとこんだて



6月5日（木）

- ごはん
- ししゃもから揚げ
- 煮豆
- みそ汁
- 牛乳



今日はかみかみ献立です。よくかんでいただきます。シシャモは一人2匹ずつです。片栗粉をまぶして油で揚げました。シシャモのからあげと煮豆はパン皿に盛りつけましょう。カルシウムたっぷりなので『ほねぶとこんだて』です。よくかんで食べて、外でお日様の光にあたりましょう。シシャモはアイヌ語の「ススハム」「シュシュハム」という「柳の葉のような魚」という意味のことばからきています。シシャモの姿が柳の葉に似ていることから、名前がついたそうです。