

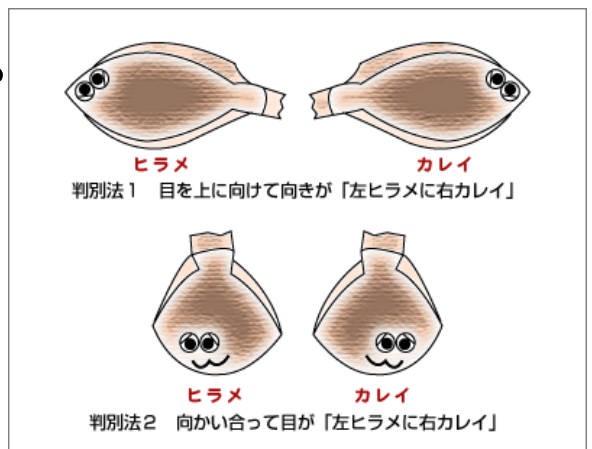
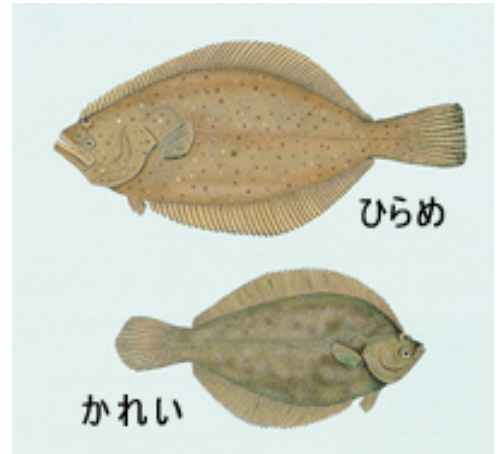
給食メモ

9月20日(金曜日)

「**左ヒラメに右カレイ**」という言葉を聞いたことがありますか？

ヒラメとカレイは見た目がよく似ているため、見分けるために使われている言葉です。

おなかを手前にして、**頭**が右の場合は「カレイ」、**頭**が左の場合は「ヒラメ」になります。



実は、ヒラメもカレイも生まれてすぐは、他の魚と同じように左右に目があります。しかし、海底に生活する時期になると、目が寄ってきます。なんと！生まれてきてから、適応するために変わってきます！ちなみに、「左ヒラメに右カレイ」の見分け方は、日本でしか使えませんが注意してください。

栄養的には、タンパク質が豊富に含まれており、脂肪分が少なく、煮付け・から揚げなどでよく食べられています。