

きゅうしょく

# 給食メモ

2月5日 (水曜日)

今日は、いまの季節に**おいしいあの食べ物の話**をしたいと思います。

「**海のミルク**」と呼ばれる**食べ物**を知っていますか？

右の**写真**は「**かき**」で、**別名**を**海のミルク**と呼びます！



**牛乳**のように**たくさん**の**栄養**があることからこのように**言われています**。**カルシウム**などの**ミネラル**が**豊富**で、**良質**の**たんぱく質**も**含んでいます**。

**かき**から**作られているもの**には、**オイスターソース**があります。**オイスターソース**は、**海産**の**風味**と**うまみ**が**特徴**です。

そのほかに**別名**がある**食べ物**を知っていますか？「**森のバター**」や「**畑の肉**」とは、**なに**の**別名**でしょうか？

**森のバター**⇒ (アボガド) **畑の肉**⇒ (大豆)

