

# きゅうしょくつうしん



【11月14日（火）のこんだて】

★ごはん      ★ぎゅうにゅう      ★さんまのまつまえに松前煮

★こまつなとつなのみよねーずあ小松菜とツナのマヨネーズ和え

★さといものみそ汁

今日のきょうしょく「さんま」！漢字は「秋」

「かたな」「さかな」と書きます。秋が旬の、かたな刀のよう  
ながに長い、さかな魚、です。ほね骨がついているので、き  
をつけて食べましょう。よくかむとほね骨も食べら

れます。