

# ランチメール

きょう 今日のこんだて

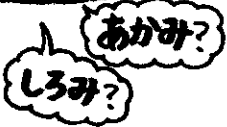
6.17

- ・ごはん
- ・さけのしおやき
- ・じゃがいものきんぴら
- ・かきたま汁
- ・牛乳

さかな み あかいろ あかみ さかな しろいろ  
魚には、身が赤色の「赤身魚」と、白色の  
しろみ さかな  
「白身魚」があります。



では、さけはどちらでしょうか？



こた しろみ さかな  
答えは... 白身魚です。さけの身は  
いろ た  
ピンク色ですが、これはさけが食べる  
あかいろ しきそ  
エビやカニが赤色の色素をふくんで  
た えい きょう  
いるから。食べているものの影響で  
み いろ か  
身の色が変わるのはふしぎですね。

さけは、カルシウムの  
きょうしゃうをたすける  
ビタミンDがおおい。

