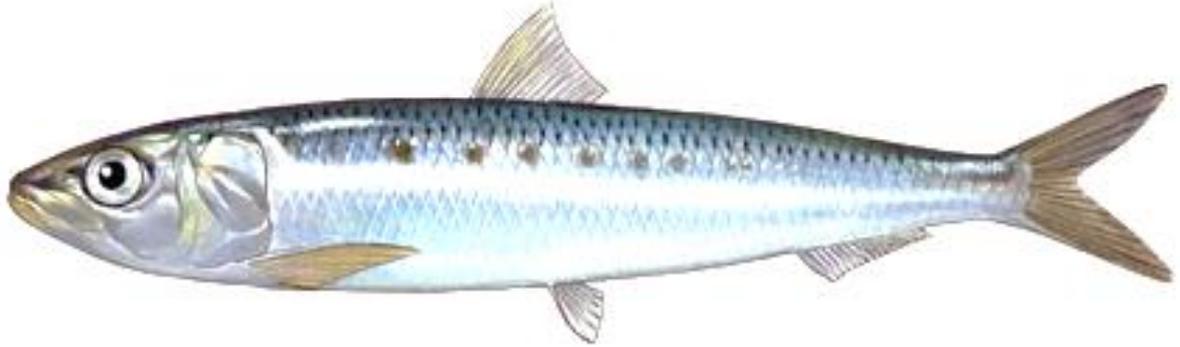


10月たべもののカレンダー

NO. 442

いわし



まいわし(体長15cmくらい)

- ☆ 日本で古くからよく食べられている魚です。
- ☆ ^{あい}愛知県では南知多町で多くとれます。
- ☆ ^{しゅん}旬は8月から10月ごろです。
- ☆ 体をつくるたんぱく質や、^{しっ}ほねを丈夫にするカルシウムを多く^{ふく}含みます。



いわたしの種類

- まいわし
いわたしのかばやき、いわたしのしょうがに煮などいろいろな料理に使われます。
- かたくちいわし
^{にぼ}煮干しやオイル漬^づけ、乾燥小魚^{かんそう}としてよく使われます。
- うるめいわし
^{ひもの}干物としてよく使われます。

10月

日	月	火	水	木	金	土
					1	2
③	4	5	6	7	8	9
⑩	11	12	13	14	15	16
⑰	18	19	20	21	22	23
⑳	25	26	27	28	29	30
㉑						

高学年用