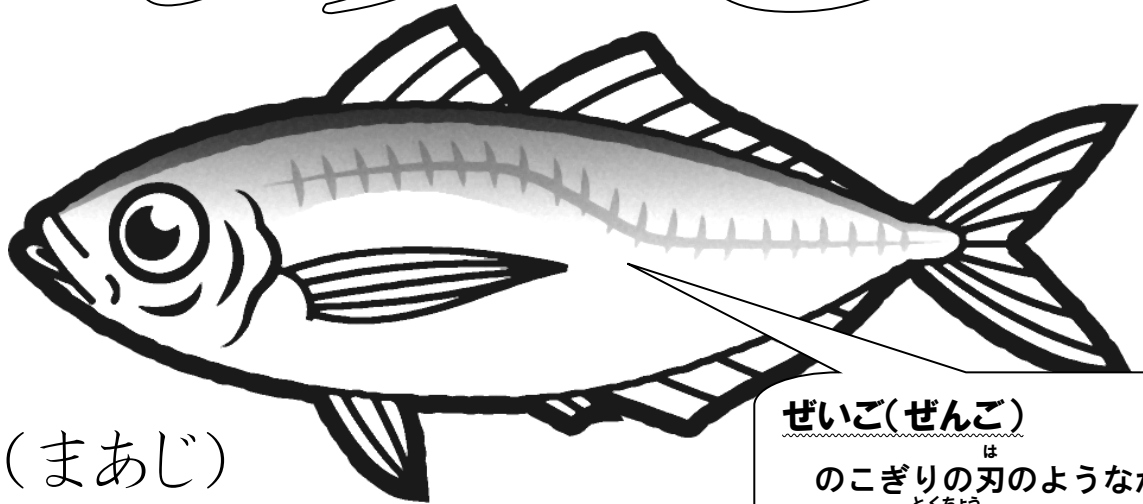


6月たべもののカレンダー NO. 461

あじ



ぜいご(せんご)

は
のこぎりの刃のようなかたい
とくちょう
うろこが特徴です。

☆ 血^{きん}や筋肉^{しっ}をつくるたんぱく質^{ふく}を多く含みます。

☆ 小さいものは、揚げ^あると骨^{ほね}ごと食べられるので、
カルシウムをとることができます。

☆ 日本近海で一年中とれますが、春から夏にかけて、特においしく食べられます。

6 月



あじにも種類^{しゅるい}がある！？

よく食べられているのは「まあじ」です。
小さいまあじは「豆あじ」と言います。また、
「おろあじ」は、干物^ひや削り節^{けず}にされています。

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	24
⑳	26	27	28	29	30	

高 学 年 用