

12月11日(水)

- ・食パン、いちごジャム
- ・さわらフライ、そえキャベツ
- ・オニオンスープ
- ・牛乳



さわらはほっそりした体の魚で、「狭い腹の魚」といういみの「さはら」という名前がついたそうです。漢字では、魚へんに春と書きますが、これは春頃に瀬戸内海に卵を産むためにたくさん集まってくるので、関西で春が最もとれる時期であるのでこの字が当てられているそうです。最近では京都の北の丹後の海で良くとれているそうです。今日は、パン粉をつけてフライにしました。サクサクしておいしいですよ。