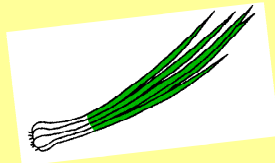


12月6日(金)

- ・大根と青菜のごはん
- ・あじのたつた揚げ
- ・みそ汁
- ・牛乳



今日のみそしるには精華町でとれたねぎを使っています。ねぎの緑色のところは葉の部分です。あじにはぜいごというものがついているのが特徴です。これはうろこが変形したものです。くせのないタンパクで上品な味なのでいろいろな料理に使われます。今日はしょうが汁としょうゆなどの調味料につけ、片栗粉をつけて揚げています。あじには小さな骨があります。おはしを上手に使って食べましょう。