

1月14日（水）

- 黒糖パン
- チキンカツ
- そえ野菜
- きのことスープ
- 牛乳



カツは、牛肉、豚肉、鶏肉などの素材にパン粉をつけて、油で揚げた日本の料理であり、カツレツを略したものだそうです。とんかつが代表的な料理です。材料の違いにより、「牛カツ」「チキンカツ」などと呼ばれる揚げ物料理を「カツ」と呼びます。材料を魚とした場合は、「フライ」と呼ばれることがあります。今日は、鶏の胸肉にパン粉をつけて油でかりっと揚げました。