

5 月 25 日 (火)



きょうの給食メモ

さわら
鯖...

はる しゅん さかな たんぱく しろみ きょう ね うめ しょうが
春が旬とされるお魚です。淡白な白身で、今日は練り梅と生姜・
しょう油とみりんであじつや
しょう油とみりんであじつや
給食では、魚を高温で焼いてしまうと、全てに火が通るまでにかりか
りになってしまうので、165℃で、10分位焼いてから、220℃に
あげて皮目を少し焦げ目をつけて仕上げます。
や
焼いている途中、何度も焼き色と温度を確認しながら、おいしい焼き
さかな し あ
魚に仕上げます。



さわら

さかな あぶら わたし からだ こうか
魚の油は、私たちの体により効果
をもたらしてくれます！！

さかな つと た
魚を努めて食べましょう！