

7月9日(水)

もやしのごま和え

赤魚のみぞれかけ



ごはん

豚肉と野菜の
しょうが煮

赤魚

赤魚は海の深いところに生息する色々な赤い魚の総称です。給食でよく使われているのは「アラスカメヌケ」という魚です。味にくせがなく淡泊な味の白身魚なので、煮つけ・塩焼・唐揚げなどさまざまな料理に使うことができます。

今日は、赤魚を油で揚げってから、大根おろしが入ったたれをかけています。

