

10月17日(金)

豚肉入り野菜炒め

鮭ののりマヨ焼き



ごはん

みそ汁

あおさ



かいそう

のり

あおさは海藻で、あおさ海苔とも呼ばれ、独特の磯の香りと風味・鮮やかな緑色が特徴です。

みそ汁・パスタ・和え物・天ぷらなど、様々な料理に使用できます。
今日は、調味料と混ぜて、鮭にかけて焼きました。

