

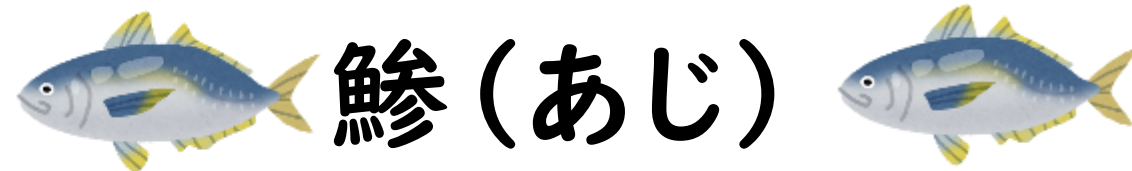
ヨーグルト

代替品  
(フルーツゼリー)

ごぼうサラダ

あじフライ  
(1人1切)

6月11日(木)



鯷(あじ)

あじは日本近海でとれる魚で、5月～8月頃が旬です。あじの種類には、「まあじ」「むろあじ」「まるあじ」「しまあじ」などがあり、味がよいことからこの名前がついたと言われています。今日はあじフライにしました。

汁物より  
控えめに  
盛りましょう

コッペパン

ポトフ

代替食  
(ごはん)

