

# 7月2日(木)

ミートビーンズ

あじフライ  
(1人1切)



コッペパン

かぼちゃのポタージュ

代替食  
(ごはん)



除去食  
(乳抜き)



## あ じ(鰯)



あじは、平安時代の書物に出てくるほど、古くから日本人になじみのある魚で、食べる機会が多いです。

今日はフライですが、他にも、お刺身、たたき、つまれ、塩焼き、から揚げ、南蛮漬<sup>なんばんづ</sup>け、煮物など、いろいろな食べ方があります。旬のあじ料理を楽しんでください。