

5月26日(火)給食通信



- ・麦ごはん
- ・さけのみそマヨネーズ焼き
- ・おかか和え
- ・たまご入り五目スープ
- ・牛乳

「おかかあえ」のおかかは、かつお節のこと
です。かつお節は、魚のかつおを乾燥させて、
長く保存できるように加工した食べ物です。か
つお節は、だしをとったり、味つけに使ったり
、ふりかけにしたりと、いろいろな料理の材料
になります。魚の「うまみ」が凝縮されていま
す。和食には欠かせない、かつおの加工品です
。今日は、ゆでた小松菜などの野菜とあわせて
、風味をつけるために使いました。