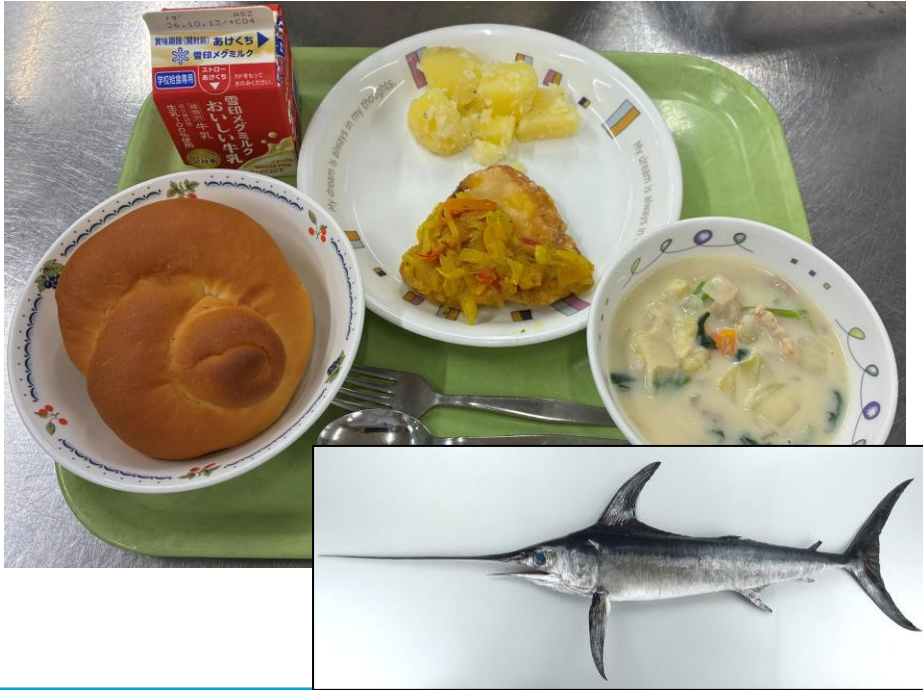


9月30日(水)給食通信



- ・チーズパン
- ・魚のカレーマリネ
- ・こふきいも
- ・ソイクリームスープ
- ・牛乳

今日の魚はめかじきを使っています。めかじきは、4メートルにもなる大きな体と、口の先がやりのようにするどくとかっていることが特徴です。食感がまぐろに似ているので「かじきまぐろ」とも呼ばれますが、一般のマグロとは別の種類の魚で、まぐろの仲間ではありません。脂質が少なくたんぱく質が多い、ヘルシーな魚です。今日は、めかじきをから揚げにして、カレー味のたれをかけています。