

4月23日(金)

ご飯

魚のレモン煮

根菜のごまあえ

みそ汁

牛乳

魚のレモン煮 『ホキ』という白身魚に片栗粉を付けて油で揚げ、レモン果汁の入ったソースに漬け込みました。『ホキ』は淡泊な味わいのため、衣をつけて油で揚げる「フライ」や「から揚げ」のような料理として給食で登場します。

いんげん : 沖縄
にんじん : 静岡
ごぼう : 青森
キャベツ : 神奈川
長ねぎ : 千葉
レモン : アメリカ
ホキ : ニュージーランド
わかめ : 岩手
こんにゃく : 群馬