

もやし : 栃木
長ねぎ : 茨城
だいこん : 青森
じゃがいも : 長崎
ごぼう : 宮崎
にんじん : 青森
小松菜 : 東京
さわら : 韓国
豚肉 : 宮崎

7月9日(火)

ご飯

さわらの西京焼き
もやしと青菜のごま酢かけ
じゃがいもの揚げ煮
けんちん汁・牛乳

さわら さわらは関西や瀬戸内地方でとくに人気のある魚です。旬が春ということもあり、魚へんに春とかいて鱈(さわら)と読みます。刺身のほかにも照り焼きや塩焼きにしますが、西京づけ、魚の切り身を酒でのばした白みそにつけたものがもっとも人気があります。今日の給食のさわらの西京焼きはそれです。