

令和7年度

もぐもぐニュース

11月17日の給食

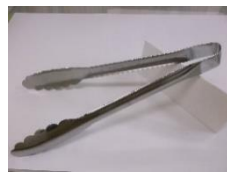
- ざっこく
・雑穀わかめごはん
- ・さばの竜田揚げ
- ・じゃこと野菜のごま酢あえ
- ・ちゃんこ汁 ・牛乳



しゃもじ…ごはん



トング…さば、野菜



おたま、深いおたま…汁



☆さばについて

さばは、日本で古くから親しまれてきた青魚で、背中が青いことから、さばという漢字にも「青」が使われています。さばの旬は秋から冬にかけてです。この時期のさばは、^{さんらんき}産卵期を終えてからたっぷりエサを食べて脂肪を^{たくわ}蓄えるので、最も脂がのっていておいしくなります。今日はさばを竜田揚げにしました。あじわって食べましょう。

栄養士：若狭