

旬の食材・いわし



今日の給食



- 牛乳
- いわしのかば焼き丼
- 卵と野菜の和え物
- じゃがいものみそ汁

6月～7月の梅雨の時期にとれるいわしは、「入梅いわし」と呼ばれます。1年の中で最も脂がのっておいしい時期です。いわしは身や骨がやわらかくて皮もうすいので、包丁を使わなくても手で簡単に開くことができます。自宅でも挑戦してみてはいかがでしょうか？