



五中三二給食通信



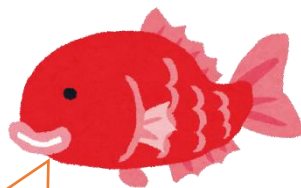
令和 6年 1月 12日 NO.143

今日の給食は「めだいの西京焼き」です。今回はめだいについてです。

めだいは名前のとおり目に特徴のある魚で、目が大きく澄んでいます。からだの大きさは80センチメートルから大きいものだと1メートルもあります。海水魚といい、海でとれる魚です。

クセがなく食べやすい白身魚で、今日の給食では西京焼きにして作りました。

目が澄んでいて、
大きい！！



めだいは
目がめだっている魚だね♪
西京焼きにするとどうだい？
たくさん食べたいかい？？

参考に盛り付けてね♪

《今日の献立》

ごはん

めだいの西京焼き

冬野菜のおろしポン酢和え

あられ麴のすまし汁

牛乳



赤の食べもの	黄色の食べもの	緑の食べもの
血や肉になるもの	熱や力のもと	体の調子を整えるもの
牛乳 めだい みそ 豆腐 かつお節	米 三温糖 白すりごま 砂糖 油 庄内麴	しょうが 白菜 きゅうり にんじん もやし しめじ 大根 レモン 長ねぎ えのきたけ