



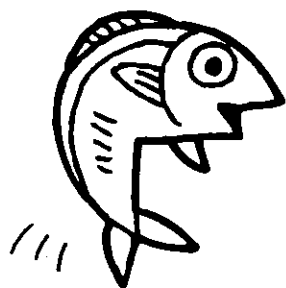
ランチメール

2がつ26にち きょうのこんだて

ごはん しろいとだらのからあげ(新)

ゆでやさい みそしる

ぎゅうにゅう



きょうの魚はしろいとだらです。

しろいとだらは タラのなかまの白身

魚で、おなか側に白い線があるのが

特ちょうです。ヨーロッパや北米の海

でとれ、体長は大きいと1メートル以上もあります。

あっさりした味なので、きょうのように からあげに
したり、ムニエルなどにして食べるとおいしいです。

からあげには甘めのタレがかかっているので、

ごはんや ゆで野菜といっしょに食べてください。

新メニューです!

みそしるにはいっている だいこん、
ゆでやさいのもやしは
かながわけんさんです。

