

きゅうしょくつうしん



がつ にち すい

【10月22日（水）のこんだて】

★ごはん ★ぎゅうにゅう

★いわしのさんがやき

★やさいのごまあえ ★ごじる

「いわしのさんが^や焼き」は、いわしのすり身^みと、みそをあわせて作る魚^{つく さかな}のハンバーグのような料理^{りょうり}です。

とれたての魚^{さかな}をみそと一緒^{いっしょ}にたいてつくる、

“なめろう”という料理^{りょうり}を、山^{やま}の家^{いえ}では焼^やいて食^たべるので、“山家^{さんがや}焼き”という名前^{なまえ}になりました。