

きゅうしょくつうしん



がつ にち か
【11月11日（火）のこんだて】

★ごはん ★ぎゅうにゅう

★ナガメバルのねぎみそやき

★やさいのごまあえ ★いなかじる

ナガメバルという^{さかな}魚は、焼^やいても魚^{さかな}の身^みが
かたくならず、しっとりとした食^{しょっかん}感^{かん}を感じることが
できます。

きょう さいな で
今日は、魚^{さかな}くさが出^でないように、しっかりと
ねぎみそソースにつけこんでから焼^やきました。