

きゅうしょくつうしん



【1月23日（金）のこんだて】

★ごはん ★ぎゅうにゅう

★ナガメバルのみぞれがけ

★やさいのごまびたし ★すましじる

今日の魚は“ナガメバル”です。ナガメバルは、目が大きいことが特徴です。

魚の骨はとりのぞくように魚屋さんにお願いをしていますが、骨が入っていることがあるので注意しながらた食べてくださいね。