

きゅうしょくつうしん



がつはつか きん

【2月20日（金）のこんだて】

★むぎごはん ★ぎゅうにゅう

★さばのかんこくやき

★きりぼしだいこんとひじきのさらだ

★やさいとたまごのスープ

「さばの^{かんこくや}韓国焼き」は、さばを^{かお}香りのある^{こうみやさい}香味野菜、
しょうゆ、さとうを^あ合わせてつけて、^{からみ}辛味として、
とうがらしを^{すこ}少し^{くわ}加えてから、^{おーぶん}オーブンで^や焼きました。
しょうが、^{かお}にんにく、^{かんこくふう}ねぎが^{あじ}香る、韓国風の味つけです。