

きゅうしょくつうしん



がつみっか きん

【7月3日（金）のこんだて】

★^{むぎ}麦ごはん ★^{ぎゅうにゅう}牛乳

★もうかさめの^{たつたあ}竜田揚げ

★^{きゃべつ}キャベツの^{れもんあ}レモン和え ★^{わかめ}わかめの^{わふうすーぷ}和風スープ

^{きょう}今日の^{さかな}魚は、“もうかさめ”です。^{にほん}日本の^{みやぎけん}宮城県で^{むかし}昔から^た食べられてきました。今日の“もうかさめ”も^{みやぎけんさん}宮城県産です。^{さかな}魚の^{くさ}臭みが^で出ないように、しっかりと^{したあじ}下味に^つ漬けて^こ込んでから、^{あぶら}油で^あ揚げました。

さめの“ひれ”の^{ぶぶん}部分は、^{こうきゅうしょくざい}高級食材“^{ふかひれ}ふかひれ”として^た食べられています。