

11月6日（木）の給食

○献立

ごはん 牛乳 さんまのみぞれ煮
豚汁 即席漬け



さんまは秋が旬です。お店にもさんまが並ぶ季節になりました。おいしいさんまの見分け方は、目の色と体の形です。黒目のまわりが濁らず澄んでいるものが新鮮です。また、頭から背中にかけて盛り上がり厚みのあるものが脂がのっていておいしいです。