

11月2日(木)

今日の献立は ごはん さわらのもみじ焼き ナスの味噌炒め 野菜のすまし汁 牛乳です。



「もみじ焼き」とは、色を赤く仕上げた焼き物に使う
献立の名前です。

今日は、丈夫な骨や歯を作るために必要なビタミンDが
豊富に入っている「さわら」を使いました。

【今日のクイズ】

もみじ焼きの赤い色は何の食材の色でしょうか。

- 1.りんご 2.にんじん 3.赤ピーマン



すりおろした〇〇にマヨネーズを混ぜて
魚にぬります。

オーブンで焼きます。



答えは2番です。

魚を焼いている様子

【魚には骨があります。気を付けて食べてください】