



給食ニュース

令和7年3月5日(水)

アジフライ

きょう ころも
今日は、衣がサクサクでおいしい
「アジフライ」です。アジという名前
のだけあって味に自信あり！焼いて
よし、煮てよし、揚げてよし、刺身で
もよしの魚です。味だけでなく、青魚
のアジは、脳の働きを助けるDHAや
血液をサラサラにするEPAなどの
脂肪酸が豊富で栄養満点です。

今日の献立



いと口目は野菜から。