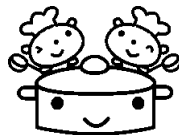


# 給食メニュー紹介



## 給食だより

10月の献立から、26日（金）に登場する「さごしの紅葉焼き」を紹介します。

すりおろしたにんじんを使って紅葉をイメージした秋らしいメニューです。にんじんをグリーンピースや青菜に変えてもおいしいですよ。お好みの魚で作ってみてくださいね♪

### 【さごしの紅葉焼き】

材料（4人分）

- ・さごし切身 . . . . 4切れ
- ・にんじん . . . . 20g
- ・マヨネーズ . . . . 大さじ2
- ・塩こしょう . . . . 少々

#### おいしくつくるポイント

にんじんは  
すりおろしたら、  
よく水気を切って  
混ぜ合わせます。

#### ☆ 作り方 ☆

- ① にんじんはすりおろす。
- ② にんじん、マヨネーズ、塩こしょうを混ぜ合わせ、ソースを作る。
- ③ さごしにソースをかけて焼く。