

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。