

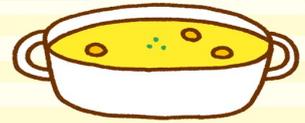
# きょうのメニュー



9月9日(月)26日(木)



ごまご飯

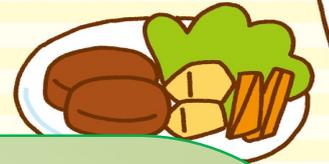


赤魚の幽庵焼き

白和え



豚汁



今日の主菜は赤魚の幽庵焼きです。幽庵焼きとは、ゆずやレモンなどの柑橘の果汁と醤油・みりん・酒で合わせた【幽庵地】というタレにつけてからじっくり焼いたものです。江戸時代の茶人「北村祐庵」さんが名付けたのが始まりとされています。

エネルギー 617Kcal    タンパク質 24.5g  
脂質 20.2g                      塩分 2.0g