

10月6日(金)

- ・牛乳
- ・麦ご飯
- ・鶏肉のさっぱり焼き
- ・もやしとコーンのお浸し
- ・じゃがいものみそ汁

<ひとくちメモ>

今日は、「鶏肉のさっぱり焼き」についてのお話です。
にんにく、しょうが、しょうゆ、酒、砂糖、ねぎを混ぜて
作ったタレに鶏もも肉をつけこんで焼き上げています。
にんにくやしょうがの香りが効いた味付けにねぎが加わ
ることで彩りも良く、さっぱりと食べられるようになって
います。ご飯とよく合うメニューです♪

