

# 11月14日(火)

- ・牛乳
- ・麦ご飯
- ・じゃがいものそぼろ煮
- ・なすのおかか和え

<ひとくちメモ>

今日は、「なすのおかか和え」についてのお話です。薄く切って茹でたなすときゅうり、ツナ、かつお節をゆのすやお酢、しょうゆ、砂糖で和えて作っています。さっぱりとしたゆずの香りとかつお節のうま味が感じられます。「なすは苦手だけど、これはおいしい！」と言って食べていた子もいました♪

