令和６年　３　月　７　日（　木　）

今日の南中給食

メニュー

- ご飯
- 鮭の味噌マヨネーズ焼き（手袋）
- 小松菜のごま和え（ぎざお玉）
- 呉汁（大お玉）
- 牛乳

注意!!

魚のみそマヨ焼きは残したら、もとのバットへ中身はもどし、カップは別にかさねて袋にまとめてください。

今日の栄養メモ

鮭の味噌マヨネーズ焼きに使っているマヨネーズは、卵不使用のマヨネーズ風調味料なので、卵アレルギーの人でも食べられます。

味噌とマヨネーズは味の相性が良く、鮭のおいしさをひきたてます。味噌マヨネーズは、和と洋の文化が融合した調味料で、アレンジ上手な日本人らしい発想ですね。肉や魚、野菜など、どんな素材にも合います。