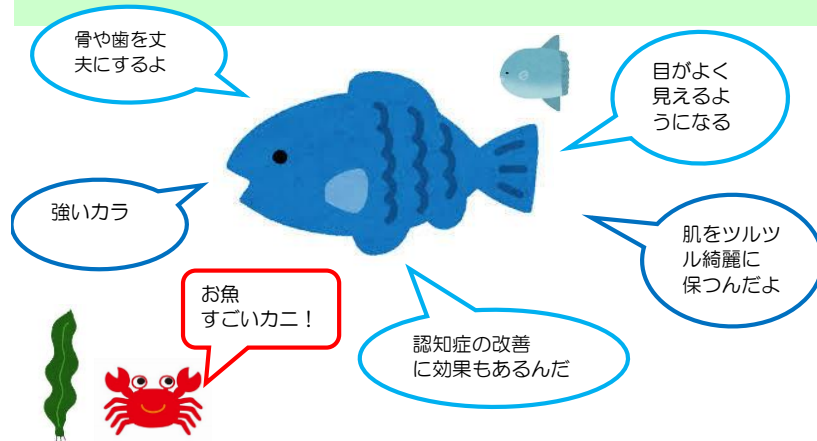


お魚を食べよう！！



お魚には栄養がたっぷりですが値段が高かったり、下処理で汚れたりとなかなかお肉料理になりがちではないでしょうか？
保育園では1、2週間に一度はお魚料理を取り入れています。
塩焼きや煮つけが一番の人気ですが今回は「お魚料理」のメニューをご紹介します。
ぜひご家庭でもお魚料理をたくさん食べて下さいね！



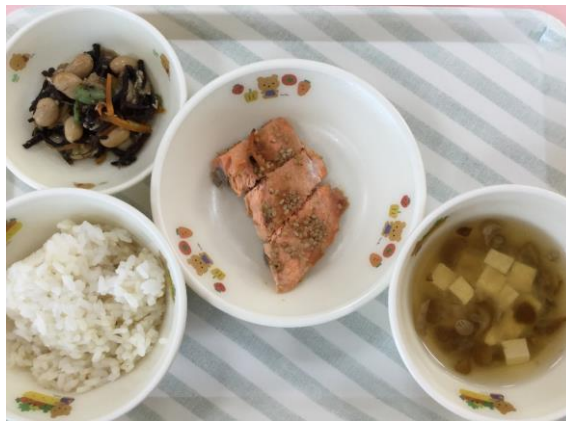
ごはん、魚の煮つけ、ひじきの煮物、お味噌汁が一番人気の組み合わせです。
おしゃれな洋食よりシンプルな和食の方が食べやすいようです。



塩焼きには炊き込みごはんも相性抜群ですね♪旬の食材で具材を楽しんでください。



フライはお肉もお魚も子ども達に人気です♪お弁当のおかずにもぴったりですね。



味噌焼きもお魚との相性抜群です！ごまをふれば香ばしさもです。



あじやさんまはかば焼きが人気です！甘辛いたればごはんも進みます。

お魚は骨をとったものを注文していますが
提供の前には保育士さんに「お魚なので骨気
を付けてください〜！」と声をかけて骨

