



ふるさと献立「めひかりのから揚げ」(12/9)

めひかりのから揚げ

体長 15cmくらいの魚
です。わかさぎと同じよう
に、骨まで食べられます。

牛乳

ごはん

カレーどうふ



めひかりは、三河湾でとれる深海魚です。目が青白く光って見えることから名づけられています。やわらかな白身魚で、から揚げにしています。