



ふるさと献立「めひかりのから揚げ」(7/12)

グレープゼリー

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

豚肉としめじの中華いため



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。