

# 11がつ5にちの こんだて

ぎゅうにゅう はーふこっぺぱん  
ちりこんかん  
つなぼてと  
はむのまりねさらだ



## Today's Quiz

給食に使われているチリコンカンの豆はどれ？

- ①あずき      ②えんどうまめ      ③ひよこまめ

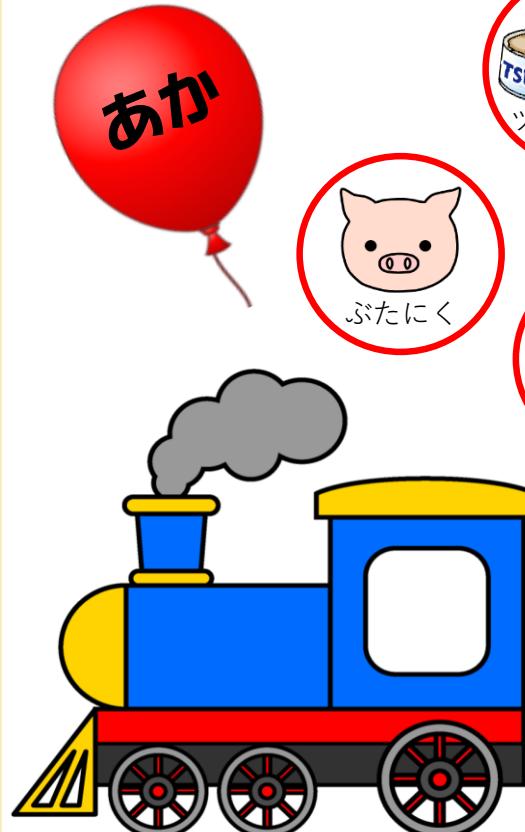
ゆっくり  
よくかんで  
たべよう



こたえ： ③

ひよこ豆は、加熱するとホクホクした食感になり、豆の中でもクセが少なくとても食べやすい豆です。カレーやサラダ、ペーストにしてパンに付けて食べたりとバリエーションもたくさんあります。

# 11がつ5にち きょうのたべもの



あか



ぶたにく



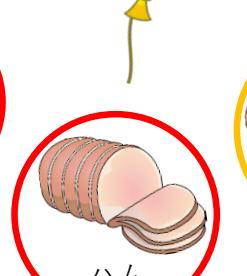
ツナフレーク



ひよこまめ



じゃがいも



ハム



き



マヨネーズ



パン



きゅうり



みどり



とうもろこし



にんにく



トマト



さやいんげん



たまねぎ



あぶら  
さとう