

# きょうのこんだて

5がつ30にち

ぶたどん

れんこんチップス

ブロッコリーのおかかあえ



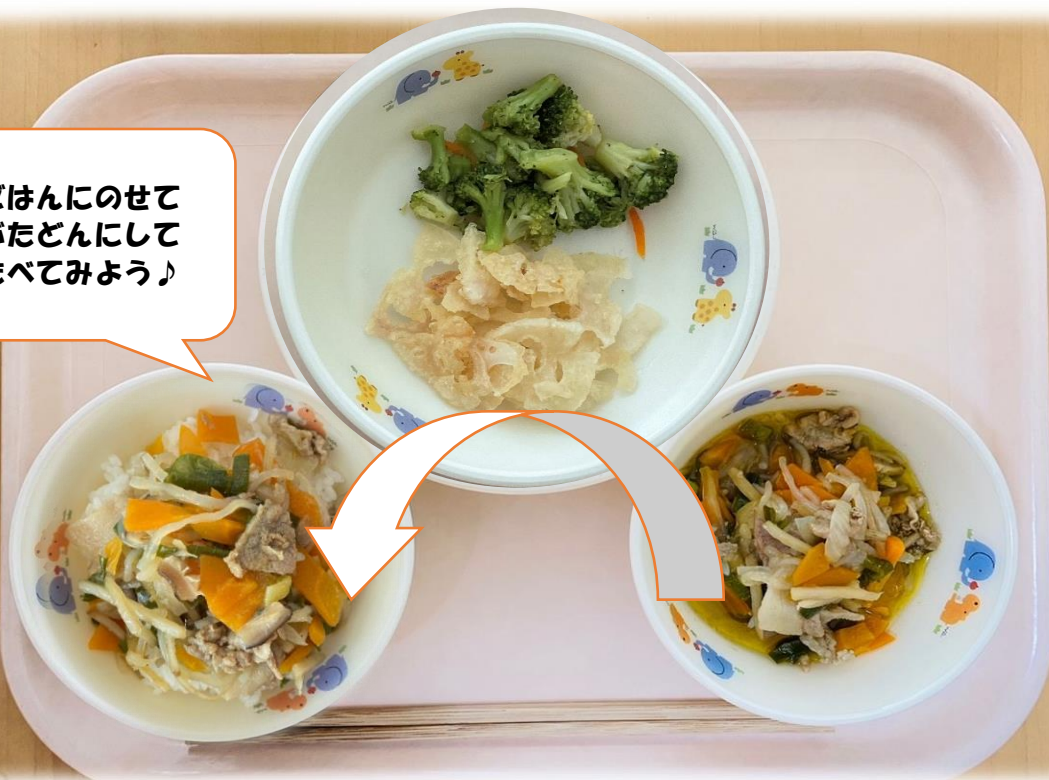
## きょうのポイント

れんこん

旬は11～3月ですがほぼ1年中スーパーでは見かけますね。

蓮根と漢字では書きますが、実は根っこではないんです。皆さんが食べている部分は、茎の部分だったんです。れんこんの栽培はどろどろの土の中で育ちます。茎の部分も土の中にあるので、見た目には根っこに見えてしまいますね。給食ではサクッと揚げてチップスにしています。たくさん食べて下さいね。

ごはんののせて  
ぶたどんにして  
たべてみよう♪



# 5がつ30にち きょうのたべもの

