

きょうのこんだて

9がつ26にち

ごはん
けんちんじる
たちうおのからあげ
なすとピーマンのみそいため



きょうのポイント

ピーマン

ピーマンは唐辛子の一種で一般に甘味種の品種をピーマンと呼びます。写真にある緑のピーマンは完熟する前のもので、熟すにしたがって、緑⇒黄⇒赤に変化します。この変化の中で青臭さも徐々に減り、甘味が増していきます。ピーマンが苦手な人は、赤や黄色のピーマンから食べると良いかもしれませんね。



9がつ26にち きょうのたべもの



たちうお



ぶたにく



みそ



ごはん



さとう



さといも



ピーマン



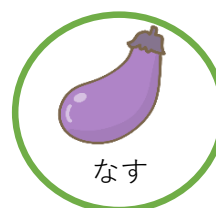
あぶら



あおねぎ



しいたけ



なす



ごぼう



しょうが



だいこん



にんじん

