

きょうのこんだて

10がつ18にち

ごはん
すましじる
おろしつくね
おひたし



岡山県出身
小学校 清友先生

きょうのポイント

蒜山おこわ

味がおいしいことはもちろん、様々な具材が入り、栄養の面からもよい料理です。

岡山県北部から鳥取県境に位置する蒜山地方に伝わる郷土料理です。祝い事には欠かせない一品で、赤飯を炊くときに間違っちらし寿司の具を入れてしまい、せっかくなので小豆も入れて一緒に蒸して食べたらおいしかった。ことが始まりだと言われています。



10がつ18にち きょうのたべもの



つくね



ふ



くり



あおねぎ



こまつな



はくさい



しめじ



だいこん



ごぼう



ぶたにく



こんぶ



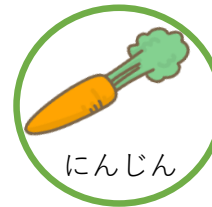
あぶら



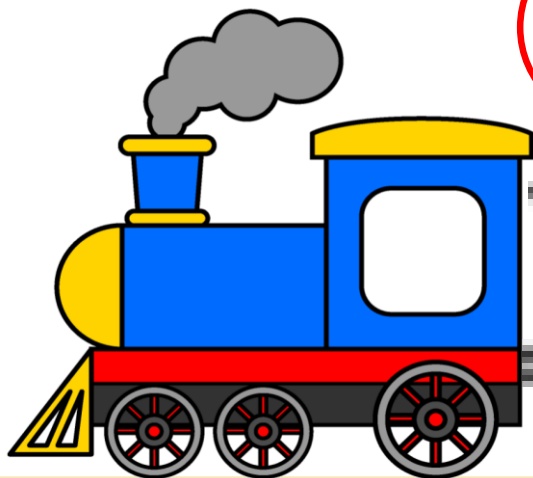
ごはん



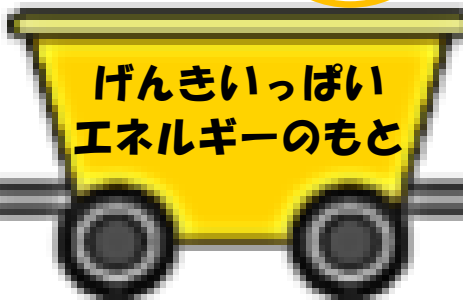
しいたけ



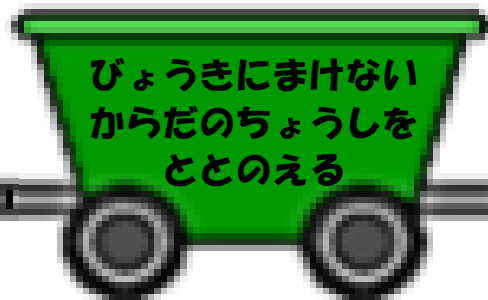
にんじん



からだを
つくるもと



げんきいっぱい
エネルギーのもと



びょうきにまけない
からだのちょうしを
ととのえる