

# きょうのこんだて

12がつ15にち

ごはん  
トックスープ  
ごもくいため  
あげぎょうざ



## きょうのポイント

### 五目

五目の由来は中国の「五臓を大切にすゝる食材を食ベる」ことかゝらと  
いわれています。薬膳料理で言われる五行説(木火土金水)から人の五  
臓(肝心脾肺腎)にみたててそれぞれの体に良い食材を使つて調理した  
料理の名前になっています。ですが最近ではいろいろな食材が入つた  
料理をさして五目〇〇のように名前が付けられることが多いです。



# 12がつ15にち きょうのたべもの



ぎょうざ



ぶたにく



はるさめ



トック



あぶら



ごまあぶら



とうもろこし



だいこん



にんじん



キャベツ



しょうが



たまねぎ

