

きょうのこんだて

2がつ28にち

マーボーはるさめどん
コーンスープ



きょうのポイント

とうもろこし

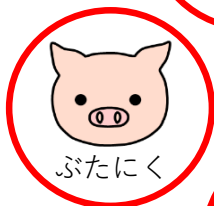
とうもろこしは漢字では「玉蜀黍」と書きます。

原産地はアメリカで世界三大穀物の1つです。のこりの2つは米、麦です。とうもろこしには摂取しにくい亜鉛などもふくまれています。お菓子などにもよく使われていますね。今日の献立はそんな栄養たくさんのとうもろこしを使ったフルコースになります。

しっかり食べてくださいね。



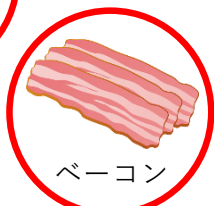
2がつ28にち きょうのたべもの



ぶたにく



みそ



ベーコン



はるさめ



さとう



あぶら



かたくりこ



ごはん



とうもろこし



ニラ



しろねぎ



しょうが



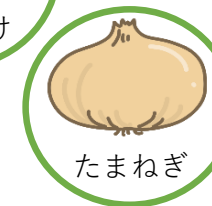
はくさい



しいたけ



にんじん



たまねぎ

