

きょうのこんだて

5がつ23にち

ごはん

ぶたにくとだいこんのもの

さばのゆうあんただれ

のりあえ



きょうのポイント

海苔

「兵庫のり」旬は12～5月で潮流の速い瀬戸内海で育った海苔です。兵庫のりは長時間水分にさらされても、型崩れしにくく色や味・香りが長持ちするため、巻きずしや直巻きおにぎり、ラーメンのトッピングに最適だそうです。給食では味付海苔で出ます。ごはんを巻いてミニおにぎりにしたり、ラーメンにトッピングしたりいろいろな食べ方で楽しんでくださいね。



ほねにきをつけてたべよう



ゆっくり
よくかんで
たべよう



5がつ23にち きょうのたべもの



ひじき



さば



こんぶ



ぶたにく



さつまあげ



のり



ごはん



さとう



こまつな



だいこん



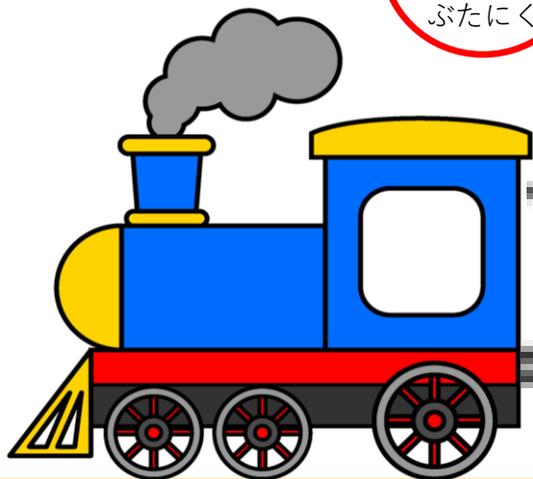
ゆず



もやし



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