

きょうのこんだて

ぎゅうにゅう こっぺぱん
さつまいものぽたーじゅ
ぽーくちゃっぷ
もちむぎさらだ

11がつ20にち



きょうのポイント

もち麦

もち麦は大麦の1種でお米と同じように「うるち」と「もち」に分けられます。もち米がモチモチしていることと同じで「もち」の大麦であるもち麦はモチモチ食感が特徴です。今日のもち麦は兵庫県多可町で栽培されたアントシアニンという栄養素がたくさん入ったもち麦です。プチプチとした食感が特徴のもち麦なので、しっかりよく噛んで食べてくださいね。

ゆっくり
よくかんで
たべよう



11がつ20にち きょうのたべもの

