

きょうのこんだて

11がつ28にち

ごはん

みぞれじる

とりにくのからあげ

こまつなのいためもの



きょうのポイント

みぞれ汁

みぞれとは？大根おろしやカブをおろしたものを汁物に入れた料理をみぞれ汁などとよびます。これは材料の白さと汁に入れたときの見た目が冬場のみぞれに似ていることからよばれるようになりました。漢字では「羹」と書きます。

寒い冬を乗り切るための栄養がたっぷり入っています。

しっかり食べてくださいね。

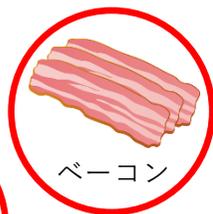
ゆっくり
よくかんで
たべよう



11がつ28にち きょうのたべもの



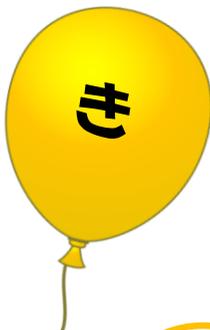
とうふ



ベーコン



とりにく



かたくりこ



ごはん



あぶら



さとう



とうもろこし



だいこん



しめじ



こまつな



みつば



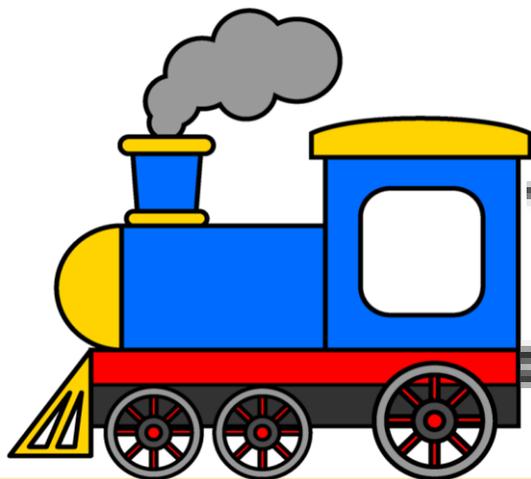
にんにく



しょうが



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