

きょうのこんだて

1がつ17にち

はやしらいす（αかまい）
ぐりーんさらだ



きょうのポイント

防災食

防災食は非常食ともいい、安心して安全に保存ができる期間が長い食品で災害時に電気やガス、水道が止まってしまっても食べれるものだったり、少しの調理で食べれるものや開けると温まるものなど、さまざまな商品が販売されています。今日のハヤシライスのごはんは、防災食のアルファ米を提供していただき、調理しました。

普段のお米との違いなどを感じながら食べてくださいね。

ゆっくり
よくかんで
たべよう



1がつ17にち きょうのたべもの

