

きょうのこんだて

2がつ7にち

ごはん

ぶたにくと大根の煮物

さばのみそに

のりあえ



きょうのポイント

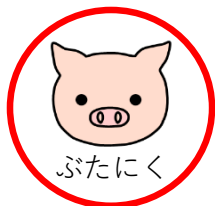
平天

関東煮(おでん)に入っている茶色の練り物「ひら天」。関東では「さつま揚げ」そのほかの地域でははんぺんやつけ揚げと呼ばれることもある食材です。関西では「揚げかまぼこ」の総称を「天ぷら」と呼ばれています。魚のすり身を揚げたもので、野菜や豆などいろいろな具が入ったものが販売されています。味付けもいろいろあり、辛いものや紅ショウガが入ったものもあります。いろいろ食べてみましょう。

ゆっくり
よくかんで
たべよう



2がつ7にち きょうのたべもの



ぶたにく



ひじき



さば



さとう



ごはん



きゅうり



にんじん



もやし



こまつな



しろねぎ



しょうが



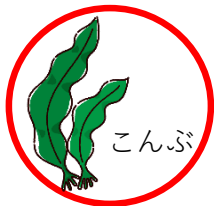
だいこん



みそ



さつまいも



こんぶ



のり

