

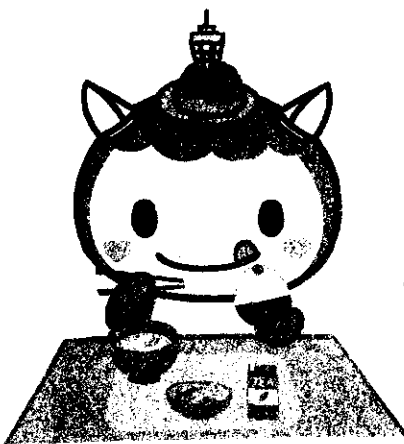
ランチメール

きょう 今日のこんだて

3.7

- ごはん
- 大豆のいそ煮
- ししゃもの干物
- みそ汁
- 牛乳

きょう わしょく わしょく
今日は和食のこんだてです。和食は
ごはんを中心に、魚や野菜、大豆製品を
つか 使ったおかずを組み合わせています。
にほんじん ながい えいよう
日本人が長生きなのは、栄養バランス
がそろった和食を昔から食べてきた
こと理由にあげられています。



いま せかい ちゅうもく
今では世界からも注目
されている和食を、よく
あじ 味わっていただき
ましょう!

