

# ランチメニュー

11/14

きょう 今日のこんだて

- くろ 黒パン
- ポークシチュー
- ぎゅうにゅう 牛乳
- キャベツとコーンのソテー
- みかん

さむ 寒くなると あたた 温かいシチューがおいしく  
なりますね。シチューは 洋風ようふうの煮こみ  
料理りょうりで、お肉にくや野菜やさいをスープでじっくり  
煮てつく作ります。牛乳ぎゅうにゅうを入れるホワイト  
シチューと、赤あかワインやトマトピューレいを入れる  
「ブラウンシチュー」があります。今日の  
ポークシチューはブラウンシチューです。  
みなさんのおうちのシチューは  
なにいろ 何色なにいろでしょうか？

