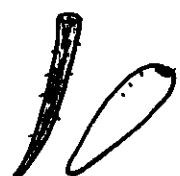


ランチメール

きょう 今日のこんだて

5.1

- ・ごはん
- ・さばのごまみそかけ
- ・ゆで野菜
- ・さわにわん
- ・牛乳

さわに 沢煮わんの「沢」には「たくさんの」という
い み 意味があり、せん切りにした、た く さ ん の
ぎ 野菜やぶた肉が 入った汁です。 

ごぼうやだいこん、にんじんなどは
ね ぶ ぶ ん た や さ い
根の部分を食べる野菜で、おなかを
はくもつ 食物せんいがおお
そうじしてくれるが多く

はい
入っています。
よくかんで
た
食べましょう。

きょう 今日から5月!
がっ
ケがなく元気に
げんき
すごしましょう。

