

# ランチメール

きょう 今日のこんだて

5.14

- ・とり肉にくとごぼうのおこわ
- ・牛乳ぎゅうにゅう
- ・ゆでそらまめ
- ・豆とうふスープ



そらまめは5~6月が旬の野菜です。さやが空を向いていることから「そらまめ」といわれるようになりました。すこしがたいうす皮にはおなかのそうじをしてくれる食物せんいがたくさんあるので、うす皮ごとチャレンジしてみましよう。今日は2年生がさやをむいてくれました。2年生に感かんしゃしていただきましよう!

