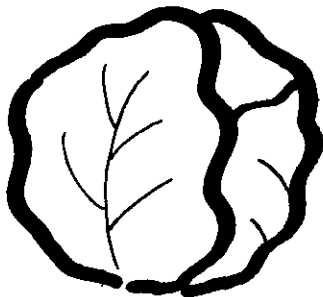


ランチメール

きょう
今日のこんだて

5.16

- ・カレーピラフのクリームソースかけ
- ・キャベツとコーンのソテー ・牛乳



3~5月^{がつ}に^{しゅう}収穫^{はる}される
キャベツを「春キャベツ」といい、
ふんわりと^{まる}丸い^{かたち}形^はをして
います。春キャベツは^ま葉^{かた}の^ま巻き^{かた}方が
ゆるく、みずみずしい^{あじ}味^{とく}が^い特^{とく}ちょう
です。キャベツには^い胃^いの^いねん^いまく^いを
保^ほご^ほする^ほビ^ほタ^ほミン^ほU^ほが
た^{ふく}く^{ふく}さん^{ふく}含^{ふく}ま^{ふく}れ^{ふく}て^{ふく}い^{ふく}ま^{ふく}す^{ふく}。



いま^{いま}しゅん^{しゅん}はる^{はる}
今^{いま}が^{いま}旬^{しゅん}の^{しゅん}春^{はる}キャ^{はる}ベ^{はる}ツ^{はる}を
きょう
今日^{きょう}は^{きょう}ソ^{きょう}テー^{きょう}に^{きょう}しま^{きょう}した^{きょう}!