

ランチメール

きょう 今日のこんだて

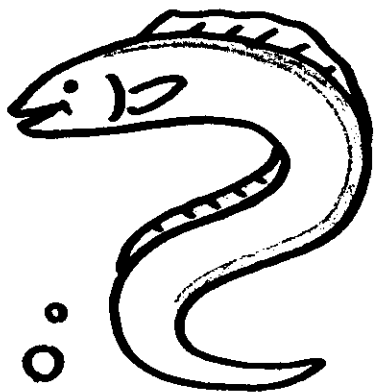
12.2

- ごはん(しんまい) ・ 太刀魚たちうおのこうみソース
- ゆで野菜やさい ・ 五目スープごもく ・ 牛乳ぎゅうにゅう かけ

ことし 今年もいよいよさいごの月つきですね。
まいにちのさむさやかぜなどに
まけないようにしっかり食たべて
えいようをとるようにしましょう。



きょう 今日のお魚さかなは太刀魚たちうおです。刀かたなのような
ほそながからだ 細長いいじょう体からだをしていて、大きいおおいものでは
1メートル以上にもなります。あさりした



あじ 味があじして食たべやすいので、
さかな にがて 魚が苦手ひとな人もこうみ
ソースといっしょに食たべて
みてください。