



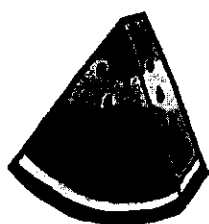
ランチメール

7がつ ここのか きょうのこんだて

ロールパン

コーンシチュー こだますいか

ぎゅうにゅう



きょうの デザートは こだますいか です。

まっ赤^かな すいかは、夏^{なつ}を代表^{だいひょう}する食べ^たもの
ですね。すいかは えいごで「ウオーター
メロン」といいます。「ウオーター」とは水^{みず}の

ことで、じっさいに すいかの90%以上は 水分^{みずぶん}です。

ほかにも ビタミン や ミネラルも ふくまれているので、
夏^{なつ}のあつい日^ひの 水分^{みずぶん}ほきゅう にピッタリです。

こだますいかは名^な前^{まえ}のとおり、小^{ちい}さな すいかです。
皮^{かわ}がうすいので、中^{なか}は 赤^{あか}い食べ^たられる部分^{ぶぶん}が おおく、
あまい味^{あじ}が 特^{とく}ちょうです。

きょうの こだますいかは「ピノガール」という、タネも
気^きにせず そのままでも食べ^たられる すいかです。

1がっきのきゅうしょくも あと5回^{かい}、ひとあし早い^{はや} 夏^{なつ}の
味^{あじ}を おいしくいただきますよう。



きょうの こだますいかは
かながわけん・みうら市
さんです

