

～きゅうしょくしつだより～

はらぺこ

こんだて ぎゅうにゅう だいず なめし しん
 きょうの献立は「牛乳・大豆菜飯・新じゃが

に うめ だいこん
 のそばろ煮・きゅうり梅かつお・大根の

みそしる
 味噌汁」です。

ふゆ う つ はや
 冬に植え付けたじゃがいもをふつつより早く

しゅうかく しん しん
 収穫したものを「新じゃがいも(新じゃが)」

しん ちい いろ しろ
 といいます。新じゃがは、小さめで色が白く、

あじ
 みずみずしい味です。じゃがいものビタミン

シー かねつりょうり こわ に
 Cは加熱料理にしても壊れにくいので、煮

たか えいようか たも
 たいゆでたいしても高い栄養価を保ちます。