

～きゅうしょくしつだより～

はらぺこ

きょうの献立は「^{こんだて}牛乳・^{ぎゅうにゅう}あぶたま丼・^{どん}トマト

^{じる}のだご汁・^{ぶどう}ぶどう」です。

^{じる}だご汁は^{くまもとけん}熊本県の^{きょうどりょうり}郷土料理です。“だご”

とは^{くまもとべん}熊本弁で^{だんご}“団子”という^{いみ}意味で、トマト

を^{てづく}まるごとすいおろして^{しらたまだんご}手作り白玉団子をつ

く^{あかいろ}作りました。トマトの赤色は^{リコピン}とい

^{しきそ}う色素によるもので^{ろうかほうし}老化防止や^{びようさよう}美容作用、

^{よほう}ガン予防に^{こうか}効果があります。ピンク色の

^{しらたまだんご}白玉団子を^{あじ}味わってみてください。