

～きゅうしょくしつだより～

# はらぺこ

こんだて きゅうにゅう ねりまだいこん  
 きょうの献立は「牛乳・練馬大根のたく

はん さぼ しちみ や やさい  
 あんご飯・鯖の七味焼き・野菜のごま

あ とうふ じる  
 和え・豆腐としめじのすまし汁」です。

ねりまだいこん すいぶん すく せんいしつ  
 練馬大根は水分が少なく、繊維質のた

つけもの てき だいこん  
 め、漬物に適している大根です。きょう

ねりまだいこん たくわんづ つか  
 は練馬大根の沢庵漬けを使って、たく

はん つく くない そだ  
 あんご飯を作りました。区内で育ち、

しゅうかく やさい ちいき のうか かた  
 収穫された野菜です。地域の農家の方

かんしゃ  
 に感謝しながら、いただきますよう。