

～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 まる}丸パン・^{さけ}鮭フラ

^{わかくさ}イ・若草ポテト・パイザンヌスープ」です。

かぶは^{ふく}ビタミンを含んでいて、アミラーゼ

という^{しょうかこうそ い}でんぷんの消化酵素が胃もたれや

^{むね}胸やけを^{かいしょう}解消するはたらきや^{なか}お腹の

^{ちょうし ととの}調子を整えてくれます。

“パイザンヌ”とは^ごフランス語で^{いなかふう}“田舎風”

^{い み}を意味し、じゃがいも・にんじん・かぶな

^{やさい にこ}どの野菜を煮込んだスープです。