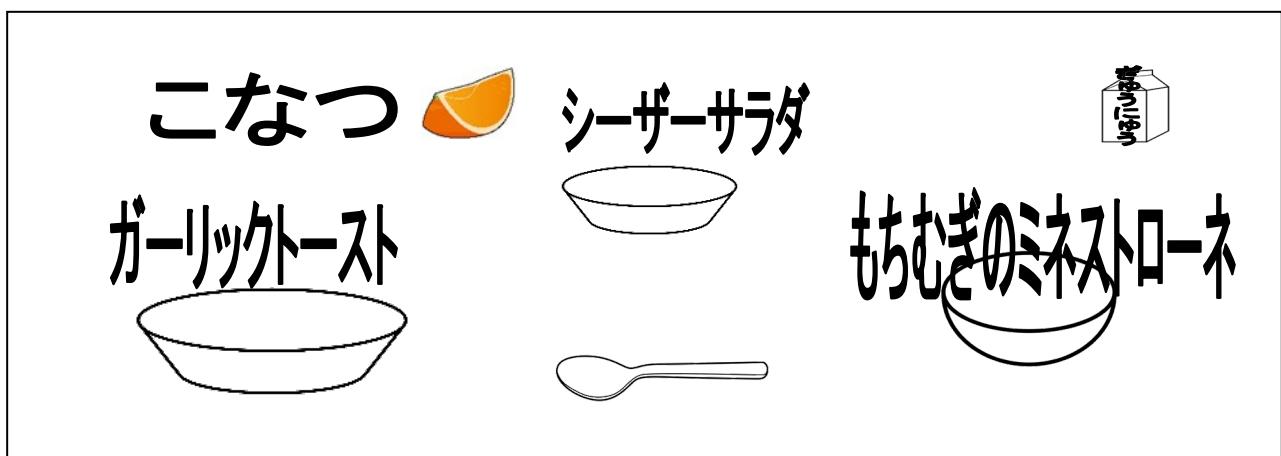


ランチタイム！

5月 29日（木）きょうのきゅうしょく

- ・ガーリックトースト
- ・シーザーサラダ
- ・もち麦のミネストローネ
- ・小夏
- ・牛乳

はいせんのしかた



シーザーサラダはアメリカのシーザーと 言う 人がレタスやきゅうりやトマトなどの ありあわせの 材料で 作ったサラダのことで、にんにくやチーズが 入るのが 特徴 です。日本に 初めて 伝わったサラダともいわれています。今日はキャベツや 小松菜・玉ねぎが 入っています。体の 調子を 整えるビタミンが とれる 野菜をたくさん 食べましょう。