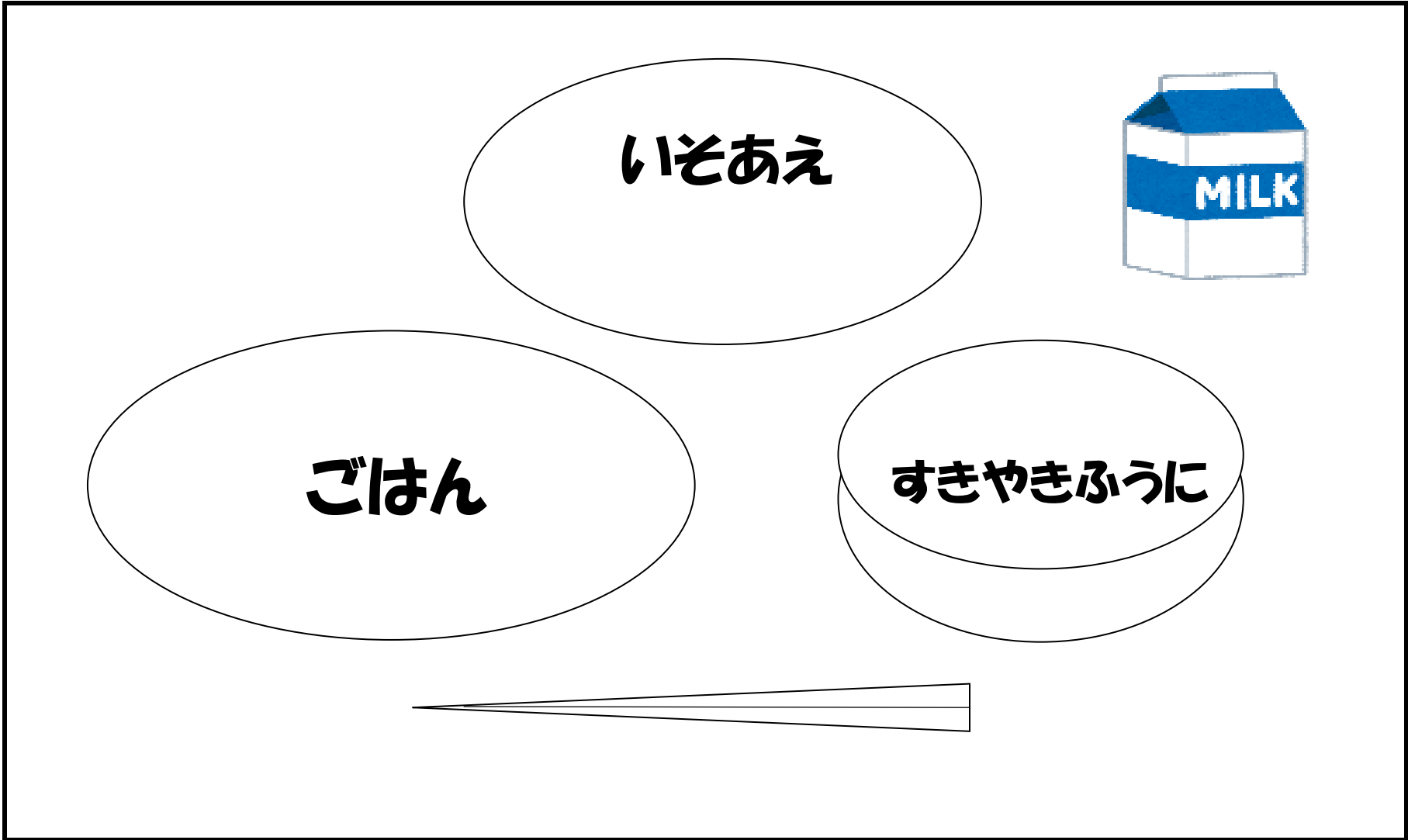


ランチタイムだよ

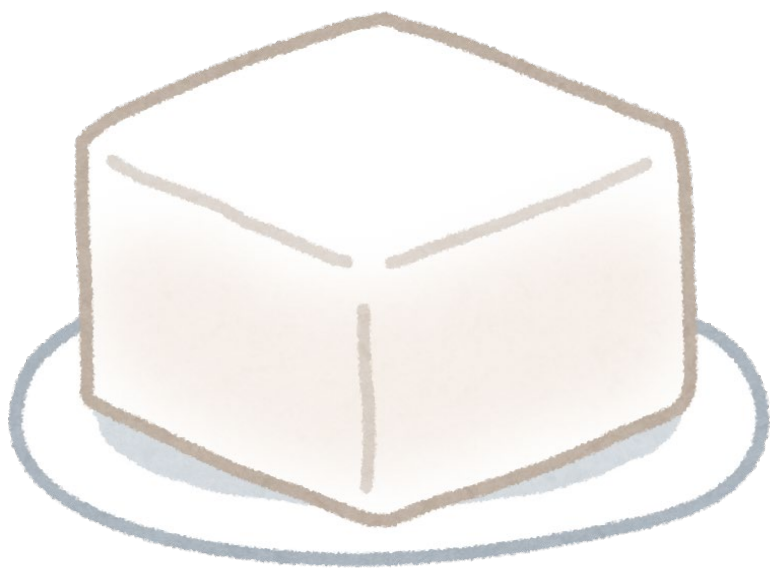


★ 10月1日(水) のもりつけ



★ 10月1日(水) の献立

ごはん
すきやきふうに
やさいのいそあえ
ぎゅうにゅう



きょう とうふ
今日は「豆腐」についてのおはなしです。

とうふ ちゅうごく う にほん つた
豆腐は中国で生まれ、日本に伝わりました。

にほん つた ぼう
日本に伝えたのはお坊さんで、

しょうじんりょうり はじ
これが精進料理の始まりだといわれています。

とうふ はたけ にく い だいず つく
豆腐は「畑のお肉」と言われる大豆から作られていて、

しつ よ しつ ふく
質の良いたんぱく質がたくさん含まれています。

きょう か あじ
今日もよく噛んで味わっていただきましょう。