



# ランチメール

3がつこのか きょうのこんだて

ハヤシライス あおなとしらすのソテー  
しょうなんゴールドゼリー ぎゅうにゅう

★ ふじさわランチ ★



きょうは ふじさわランチです。

ハヤシライスには ふじさわでとれた

まっ赤<sup>か</sup>なトマト<sup>はい</sup>が入っています。ふじさわ

さんのごはんにかけて、たくさん食<sup>た</sup>べてくださいね。

ソテーには ふじさわさんのこまつな、しょうなんの

海<sup>うみ</sup>でとれた しょうなんしらすをつかいました。

しょうなんゴールドは かながわ<sup>けん</sup>県<sup>かい</sup>で開<sup>は</sup>発<sup>つ</sup>された

かんきつ<sup>るい</sup>類<sup>ちい</sup>で、小<sup>み</sup>さな実<sup>きいろ</sup>にレモン<sup>きいろ</sup>のよう<sup>きいろ</sup>な黄色<sup>きいろ</sup>の

皮<sup>かわ</sup>と さわやかな<sup>かお</sup>香<sup>あま</sup>りや甘<sup>とく</sup>さが特<sup>とく</sup>ちょうです。

きょうはゼリーでいただきますしよう。

