



ランチメール

2がつ17にち きょうのこんだて

みどりんカレーライス キャベツとしらすのソテー
いよかん 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。

みどりんカレーライスとは、みどりんの
モチーフになっている こまつなをつかった

カレーライスです。ふじさわにある「まめっば^{のうえん}農園」
からとどいた^{しん}新せんな こまつなをミキサーにかけて
カレーに^い入れて^{つく}作ります。こまつなは^{やさい}野菜の^{なか}中でも
カルシウムがたくさんふくまれています。ふじさわ
さんのごはんにかけて、おいしくいただきます。



ソテーのキャベツも
ふじさわさん、
しらすは しょうなんしらすです。

