

ランチメール

きょう

今日のこんだて

10.31

- ・ごはん(しんまい)・さわらのごまみそかけ
- ・ゆでやさい・けんちんじる・ぎゅうにゅう

けんちんじるは、かまぐらの^{けん ちやう じ}建長寺という
お寺^{てら}でできた、かながわ^{けん}県の^{きやう ど}郷土りょうり
です。お肉^{にく}は^{つか}使わず、やさいやこんにゃく、
とうふ^{はい}が入ったしょうゆ^{あじ}味の^{しる}汁ものです。
お坊^{ぼう}さんがくずれたとうふをムダにせず、
やさいと煮^にこんで作^{つく}ったことが^{はじ}始まり
といわれています。きょうは、かながわ^{けん}県
さんのだいこん^{はい}・さといもが入っています。

ふじさわさんのキャベツ。
しんまいとあわせて、きょうは
かながわランチです。

