

ランチメール

きょう 今日のこんだて

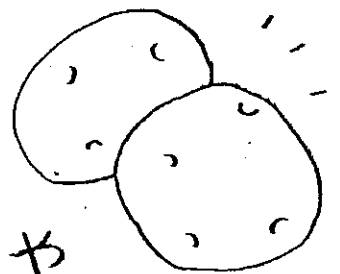
7.1

・わかめごはん ・ごもくスープ
・あげじゃがいものそばろに ・牛乳

きょうから7月^{がつ}ですね。これから
夏^{なつ}にむけて、しっかり^た食べて、よく
休^{やす}んで、あつさに^き気をつけて
すごしていきましょう。



みなさんが^{げん き}元気にうごくためには、^{からだ}体の
エネルギーがひつようですが、じゃがいも
には、その^{ねつ}熱や^{ちから}力のもとに
なるはたらきがあります。



きょうは^{あぶら}油であげて、やさいや
ひき^{にく}肉と、そばろににしました。
おいしくいただきます。

かながわけん
さんの「キタアカリ」
というしゅるい!