

# ランチメール

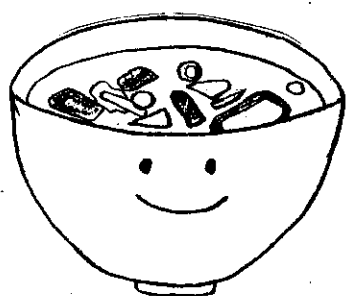
きょう

今日のこんだて

5.16

- ・ごはん    ・ししゃものひもの    ・牛乳<sup>ぎゅうにゅう</sup>  
・とり肉<sup>にく</sup>と大豆<sup>だいず</sup>のうまに    ・のっぺいじる

「のっぺいじる」とは、いろいろな野菜<sup>やさい</sup>やこんにゃくなどをだしで煮<sup>に</sup>て、とろみをつけたしるものです。きょうは煮干し<sup>にぼし</sup>と、さばけずり節<sup>ぶし</sup>からおいしいだしをとりました。もともとは、お寺であまった野菜<sup>やさい</sup>を使<sup>つか</sup>ってできた煮<sup>に</sup>ものに、とろみをつけたのがはじまりと言われています。おいしくいただきます。



だいこんは、  
おとなりの  
ちがさきし  
さん

