

ランチメール

きょう

今日のこんだて

5.8

- ・くろパン
- ・あげじゃがいもとハムのソテー
- ・ひじきスープ
- ・バナナ
- ・牛乳^{ぎゅうにゅう}

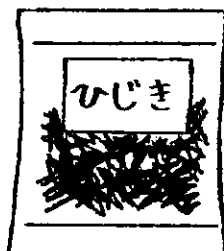
ひじきは、わかめやこんぶとおなじ
^{かい}海そうのなかまです。^{うみ}海のなかでは
おうど色^{いろ}をしています。干^ほしてかんそう
させると黒^{くろ}くなります。ほねやはを
じょうぶにする「カルシウム」や、おなかの
そうじをしてくれる「しょくもつせんい」が
たくさんあります。

きょうはスープに

^{はい}

入っています。

みずで
もどしてつかうよ。



ふじさわで
とれたよ

ひじき
スープの... こまつな

