

ランチメール

きょう

今日のこんだて

4.28

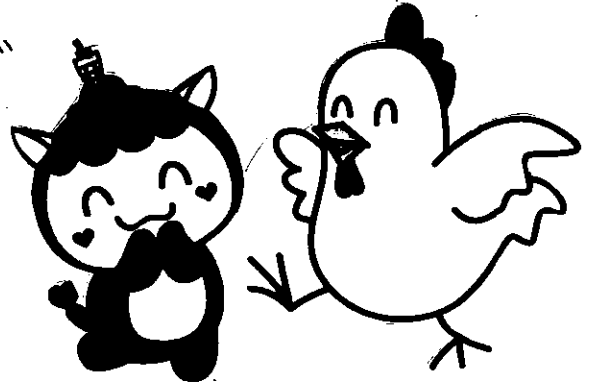
・チキンライス

・バナナ

・まめとやさいのスープ

ぎゅうにゅう
・牛乳

チキンライスは日本^{にほん}で
う^{よう}生まれた^{しよく}洋食です。



とりにくやたまねぎ、

にんじんやマッシュルームなどといっしょに

いためたごはんをケチャップで^{あじ}味つけ

します。きゅうしよくでは、ごはんと^ぐ具を

べつに^{ようい}用意して、^{おお}大きな^{だい}台の^{うえ}上でよく

まぜあわせてつくります。まんべんなく

^ぐ具がまざるようにすることがたいへんな

ごはんの1つです。

