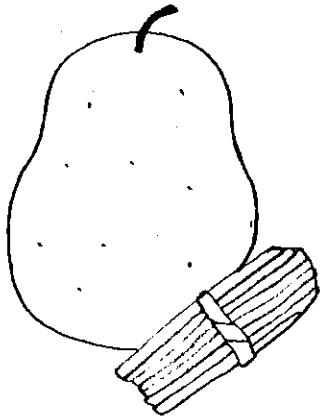


ランチメール

きょう
今日のこんだて

4.25

・じゃこごはん ・なまあげとやさいのそばろに
・かんぴょうのたまごとじじる ・牛乳



かんぴょうは、ゆうが^みおの実を
うすくむいて、かんそうさせた
ものです。おなか^{なか}の中をそうじ
してくれる「しょくもつせんい」が

たくさんふくまれています。甘^{あま}辛^{から}く味^{あじ}をつけ
おすしの具^ぐにしたり、煮^に物^{もの}などにつかわれ
ます。きょうは汁^{しる}に入れて、たまごとじ
しました。全^{ぜん}国^{こく}で作^{つく}られるかんぴょうのうち
ほとんどが栃^{とち}木^ぎ県^{けん}のものです。
おいしくいただきますしょう。

