

きゅうしょくしつからのおしらせ

れいわ ねん
令和5年

6月9日(金)

きょうのもりつけ

れいとう
冷凍みかん

や
焼きししゃも

キムチごはん



きゅうにゅう
牛乳

きのこのたまごとじ汁

きょう はなし にほん みちか りょうり
今日は“たまご”のお話です。日本でたまごを身近な料理
 として食べるようになったのは江戸時代ごろと言われてい
 ます。しょうわ ねんだい かかく あんてい たいりょうせいさん
 昭和30年代ごろからか価格も安定して大量生産さ
 れるようになり、いま しょうひ
 今のように消費されるようになりました
 た。ねんかん ひとり あ こ しょうひ
 年間で1人当たりになると320個くらい消費してい
 るそうです。たまごは“完全食品”といわれ、ビタミンC
 いがい えいようそ ぶく ゆうしゅう しょくひん
 以外の栄養素をほとんど含んでいるとても優秀な食品で
 す。とく しつ よ しつ からだ
 特に質の良いたんぱく質はみんなの体をつくってくれ
 ます。きょう がつこのか ひ
 今日、6月9日は“たまごの日”なので、“きのこの
 たまごとじ汁”に使用しました。じゅう しょう た
 しっかり食べましょう。

きょう じ ば のうさんぶつ なかののうえん こまつな
今日の地場農産物 中野農園より小松菜です。

ち
よ
っ
と
メ
モ