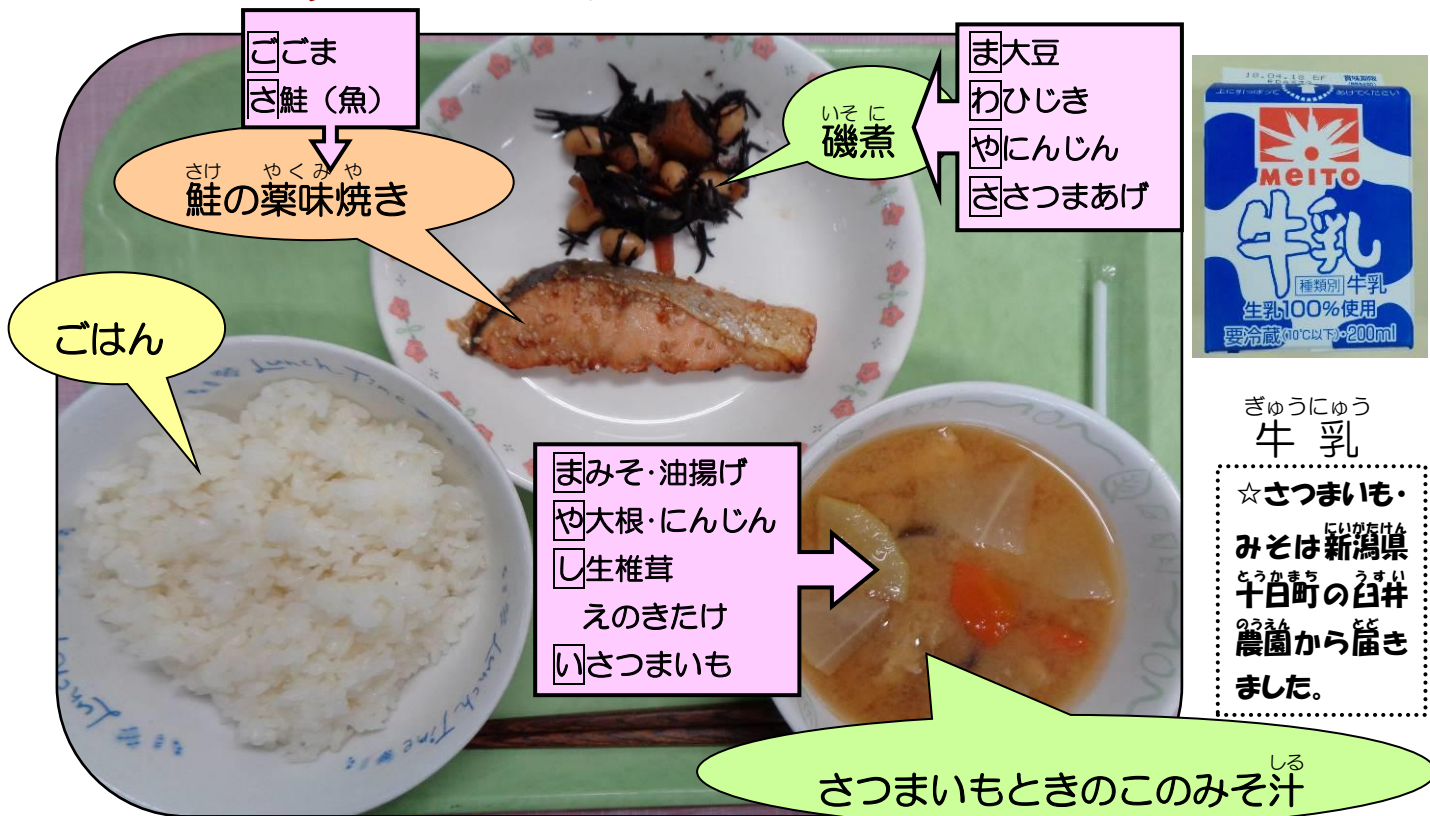


きゅうしょくしつからのおしらせ

令和6年

1月18日(木)

きょうのもりつけ



ちよっとメモ

きょう 今日(きょう)はいつも(いつも) しょくいく 食育(しょくいく)の日(ひ)に しょうかい 紹介(しょうかい)している “まごわやさしい” という(この) びょうご 標語(びょうご)の しょくざい 食材(しょくざい)を 盛り込んだ(盛り込んだ) メニュー(メニュー)です。今日は(今日は) ごはん(ごはん)を 主(しゅ)食(しょく)におかず(おかず)と 汁物(じゅうもの)を 組み合わせた(組み合わせた)、和食(わしょく)の 基本的(きほんてき)な 形(かたち)である “一汁二菜(いちじゅうにさい)” (汁物(じゅうもの)と 2つの(2つの) おかず(おかず)) のメニュー(メニュー)です。この(この) びょうご 標語(びょうご)は バランス(バランス)のよい(よい) 食事(しょくじ)にする(にする)ため(ため)に どんな(どんな)もの(もの)を 食べ(た)たら いい(いい)のか(のか)を 教えて(おし)て くれて(くれて) います(います)。

ま(ま)は “まめ(まめ)類(るい) や その(その) 加工品(かこうひん)”、ご(ご)は ごま(ごま)などの “種実類(しゅじつるい)”、わ(わ)は わかめ(わかめ)などの “海藻類(かいそうるい)”、や(や)は “野菜類(やさいるい)”、さ(さ)は “魚介類(ぎょかいるい) や その(その) 加工品(かこうひん)”、し(し)は 椎茸(しいたけ)などの “きのこ類(るい)”、い(い)は “いも類(るい)” です。ぜひ(ぜひ)、覚(おぼ)えて(えて) ください(ください)。

きょう 今日(きょう)の じば 地場(じば) 農産物(のうさんぶつ) つづき 栄(さか)農園(のうえん)より だいこん 大根(だいこん)、たかだ 高田(たかだ)農園(のうえん)より なまし 生椎茸(なましいたけ)です。