

きゅうしょくしつからのおしらせ

れいわ ねん
令和7年

3月5日(水)

きょうのもりつけ

さわら かお や
鱈の香りしょうゆ焼き

かやくごはん

こもくじる
五目汁



きゅうにゅう
牛乳

ちよつと
メモ

きょう
今日は“かやくごはん”のお話です。かやくごはんはお
はなし
もに^{かんさい}関西で呼ばれる炊き込み^よごはんのことで、^た関東では
こもく
“五目^よごはん”と呼ばれます。“かやく”とは、^{かんじ}漢字では“加^か
(く^{やく}わえる)薬(くすり)”と書き、^か補助的に^{ほじょてき}そえる^{くすり}薬という
い み
意味があります。そこから^{りょうり}料理に^{やくみ}そえる^{くわ}薬味を加える、^{あじつ}味付
けするなどの意味を持つといわれています。^{とりにく}鶏肉、^{あぶらあ}油揚げ、
こんにやく、^ほ干し^{しいたけ}椎茸、にんじん、ごぼう、さやいんげん
などいろいろな^ぐ具を取り入れた^とバランスの^い良い^よごはんです。
まいにち
す
毎日、^{げんき}元気に^す過ごせるように、^たすすんで^たなんでも^た食べる
ようにしましょう！

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。