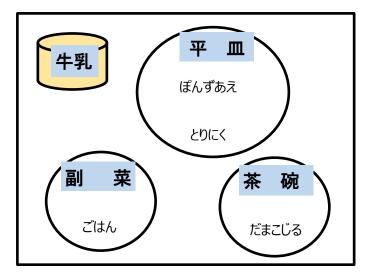
きゅうしょくつうしん

7月12日(火) ごはん だまこじる とりにく で 鶏肉の照り焼き ぽん酢あえ ぎゅうにゅう 牛 乳



根菜とは、土に埋まっている部分を食べる野菜の呼び名で、「根菜類」とも呼ばれます。水分が少なめでかたいものが多く、加熱すると甘みを増します。

^{きょう} 今日は「だまこじる」にごぼうやにんじん**、**だいこん使っています。





団子を汁の中に入れて食べてね。