

# きゅうしょくつうしん

11月 7日(月)

- ごはん
- あまみそからあげ
- あさづけ
- みそ汁 (大根)  
しる だいこん
- 牛乳  
きゅうにゅう



平皿

あさづけ  
からあげ

副菜皿

ごはん

茶碗

みそ汁

きょうのから揚げは<sup>あ</sup>揚げは<sup>したあじ</sup>下味に<sup>ちようみりよう</sup>調味料のほかに「しょうが、<sup>かお</sup>にんにく」を<sup>つか</sup>香りづけのために使っています。<sup>かお</sup>香りのよい料理は<sup>りょうり</sup>において<sup>しょくよく</sup>食欲アップにつながります。ごはんによくあうおかずです。しっかり<sup>た</sup>かんで食べてください。

