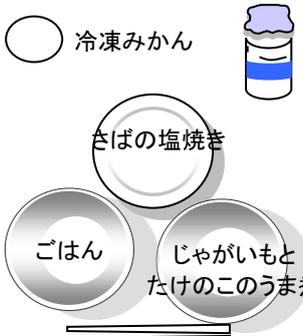
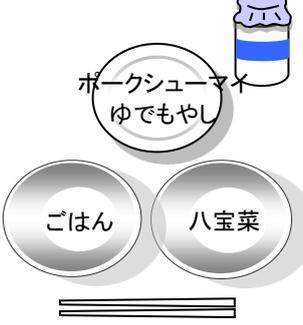
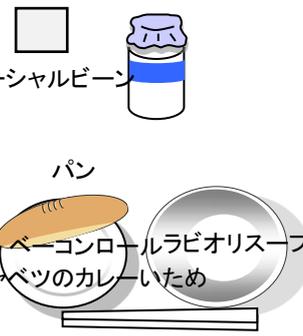
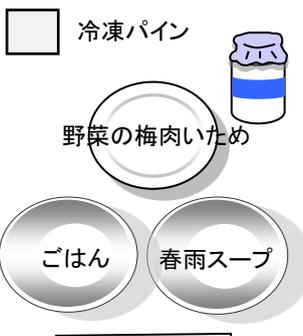
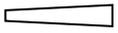


<p>25日 月曜日</p>	 <p>冷凍みかん さばの塩焼き ごはん じゃがいもと たけのこのうま煮</p>	<p>れいとうみかんについて</p> <p>きょうは、ひんやり冷たい冷凍みかんの登場です。みかんは、秋から冬にかけてが旬のくだものです。お肌をきれいにしたり、病気をよぼうするビタミンが多くふくまれています。冬のうちに収穫したみかんを、急速れいとうしています。皮が破れやすく、むきにくいのですが、がんばってむいてみましょう。つめたいのでゆっくり口の中とかしながらいただきます。</p>
<p>26日 火曜日</p>	 <p>ポークシューマイ ゆでもやし ごはん 八宝菜</p>	<p>はっぼうさい 八宝菜について</p> <p>きょうは八宝菜について説明します。八宝菜は、もともとは、中国の宮廷の料理人のまかない料理です。料理人が、あまった材料をつかって作り出した料理がおいしいとひろまり、宮廷のおきさき様がたべたところ、「たくさんの宝を集めてつくった料理のようだ」ということで、はっぼうさいなづと名付けました。八は「たくさんの」を意味し、菜は「おかず」を意味します。今日の八宝菜にはどんなお宝が入っているでしょうか？</p>
<p>27日 水曜日</p>	 <p>マーシャルビーン パン ベーコンロールラビオリスープ キャベツのカレーいため</p>	<p>ラビオリについて</p> <p>きょうはラビオリについて説明します。ラビオリは北イタリアのパスタ料理です。野菜や挽肉をみじん切りにして、小麦粉をのばしたものに包んだものです。イタリアのジェノバの船乗り達が、航海でのこった野菜や肉を刻んで皮につつんで、ゆでたのがはじまりとされています。給食のラビオリは、少し、水餃子ににていますね。</p>
<p>28日 木曜日</p>	 <p>あじの南蛮つけ 枝豆の塩ゆで ごはん 豆腐汁</p>	<p>あじについて</p> <p>きょうはあじについて説明します。あじは、今が旬の魚です。あじは、味がよいことから、あじとなづ名付けられました。小あじは、そのまま油で揚げて、骨まで食べられますが、成長したあじは、ぜいごという、かたいうろこをとりのぞいて調理をします。今日のあじは、三枚おろしにしたあじに塩こしょうし、片栗粉をつけて油であげています。甘酢につけた野菜をそえていただきます。</p>
<p>29日 金曜日</p>	 <p>冷凍パイ 野菜の梅肉いため ごはん 春雨スープ</p>	<p>うめ 梅について</p> <p>きょうは、梅について説明します。今日の野菜の梅肉のためには、ねり梅がはいっています。蒸し暑いじきです。梅は食欲を増進させてくれます。食欲が無いときに、家でも梅干しを食べるとよいですね。このほかにも、梅は、つかれをとってくれる働きもあります。疲れた時に梅をたべることで、疲れをとって体を元気にしてくれます。</p>



ヨーグルト