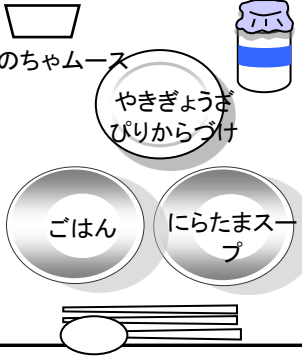
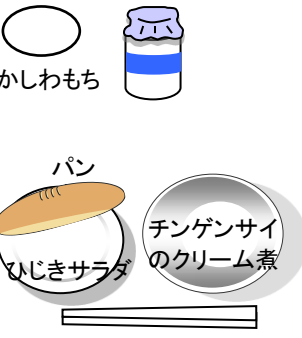


1日 火曜日		にらについて きょうはにらについて説明します。にらは、暑さ、寒さ、乾燥に強く、1年中たべられますが、冬から春にかけてのものが、葉が厚く、やわらかいのでおいしく食べられます。にらは中国で、野生になっていたもので、日本に伝わり、古くからおなかの調子をととのえてくれるものとして利用されてきました。日本では、戦前、家庭で栽培され、お店にならぶことはありませんでしたが、今では、全国的に栽培されるようになりました。にらのおいが強く苦手な人も多いようですが、消化を助け、体をあたためる働きがあります。
2日 水曜日		かしわもちについて 5月5日は子どもの日です。この日は、こいのぼりをたて、よろい、かぶとをかざり、ちまきやかしわもちをたべます。きょうは2日で少し早いですが、こどもの日を祝ってかしわもちの登場です。かしわの木というのは、新芽がでるまで、古い葉が落ちないことから、代々、栄えるようにという願いをこめて食べます。今日のかしわもちは、しろいかしわもちと、よもぎのおもちの2つが入っています。
3日 木曜日		
4日 金曜日		

C

キャ

チキ

豚肉の

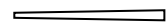


）

ベツとベーコンのソテー

おいおいゼリー

ンカレー



しょうが焼き

みそ汁