

# きゅうしょくつうしん



がつ にち きん

【6月27日（金）のこんだて】

- ★にくまめそぼろどん
- ★ぎゅうにゅう
- ★きりぼしだいこんのごますあえ
- ★わかめスープ

ぶた<sup>にく</sup>肉や、とり<sup>にく</sup>肉のひき<sup>にく</sup>肉をいためて、ぽろぽろにしたものをそぼろといいます。

きょう<sup>にく</sup>今日は、ぶた<sup>にく</sup>肉と細<sup>こまか</sup>かくした大豆<sup>だいず</sup>をあ<sup>あ</sup>わせて、そぼろにしました。こぼれやすいので、じょうずにごはんにのせて食<sup>た</sup>べてくださいね。