

きゅうしょくつうしん



しちがつとおか もく

【7月10日（木）のこんだて】

- ★チリビーンズドッグ
- ★ぎゅうにゅう
- ★ポトフ
- ★フルーツのヨーグルトあえ

にく やさい にこ

「ポトフ」は、お肉と野菜を煮込んだフランスのスープです。

きょう やさい なが じかん

にこ

やさい

今日は、野菜を長い時間じっくりと煮込んだので、野菜の

あじ

おいしい味がしっかりスープにしみこんでいます！