

きゅうしょくつうしん



【1月19日（月）のこんだて】

★しょうゆラーメン ★ぎゅうにゅう

★わかめとツナのあえもの ★おまめかりんとう

「わかめとツナのあえもの」の切り干しだいこんや「お豆かりんとう」の大**豆**は、どちらもかみごたえがあります。食べる**速**度が早い人は、よくかんで食べていますか？

今日も寒い1日です。温かい食事を食べて、体を温めましょう。