

きゅうしょくつうしん



がつこのか げつ

【3月9日（月）のこんだて】

- ★ちゅうかおこわ ★ぎゅうにゅう
- ★にくだんごとはくさいのスープ
- ★きりぼしだいこんのごますらダ

きょう ごめ
今日は「もち米」をつかった、「おこわ」です。

た こめ まい
いつも食べているお米は「うるち米」、おこわや、
つく とき ごめ
おもちを作る時は「もち米」をつかいます。

ごめ かん
もち米には、もちもち感をだすための、
あみろペクチンがたくさんはい
アミロペクチンがたくさん入っています！