

きゅうしょくつうしん



がついつか きん
【6月5日（金）のこんだて】

★とりごぼうピラフ ★ぎゅうにゅう

★フライドビーンズサラダ

★豆腐と野菜のスープ

きょう とりにく つか ぴらふ
今日は、“鶏肉”と“ごぼう”を使ったピラフです。

せかい なか ふだん しょくじ た
世界の中でも普段の食事で、ごぼうを食べているのは

にほん
日本だけといわれています。

さいきん しょくもつせんい けんこうてき
ですが、最近では、食物繊維たっぷりの健康的な

せかいじゅう ちゅうもく
ごぼうは世界中から注目されてるそうです！