

# きゅうしょくつうしん



がつ にち もく

【6月25日（木）のこんだて】

★そぼろごはん ★牛乳<sup>ぎゅうにゅう</sup>

★切干大根のごま酢あえ<sup>きりほしだいこん</sup> ★わかめスープ<sup>すーぷ</sup>

ひき肉<sup>にく</sup>をいためて、ぽろぽろにしたものを  
“そぼろ”といいます。こぼれやすいので、じょう  
ずにごはん<sup>た</sup>にのせて食べてくださいね。