

きゅうしょくつうしん



がつ にち もく

【7月16日（木）のこんだて】

★^{むぎ}麦ごはん ★^{ぎゅうにゅう}牛乳

★^{ふらい}しいらのフライ ★^{やさい}野菜のからしあえ

★えのきと^{とうふ}豆腐の^{しる}みそ汁

しいらは、^{あたた}暖かい^{うみ}海に^す住んでいて、^{はわい}ハワイ
では「^{まひまひ}マヒマヒ」と^よ呼ばれているそうです。

^{かんじ}漢字で書くと、“^{さかな}魚^{へん}へん”に“^{あつ}暑い”と^か書き
ます。^{さかな}魚の^{ほね}骨に^{ちゅうい}注意して^た食べてください。