

# きゅうしょくつうしん



## 【3月6日（水）のこんだて】

- ちゅうか                      きゅうにゅう      にくだんご      はくさい      すーぷ  
★中華おこわ    ★牛乳   ★肉団子と白菜のスープ
- きりほしだいこん                      すさらだ  
★切干大根のごま酢サラダ

きょう                      ごめ  
今日は「もち米」をつかった、「おこわ」です。

た                      ごめ                      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。ねばり

あみの                      ぺくちん                      おお                      ごめ                      しろ  
をだす、アミノペクチンが多く、お米が白いとくち

ようがあります。