

きゅうしょくつうしん



がつみっか すい

【9月3日（水）のこんだて】

★ごはん ★ぎゅうにゅう

★てづくりかつおふりかけ

★くるまふとやさいのうまに

★みそドレサラダ

きょう てづく 今日の手作りふりかけには、こな だいす
つか 使いました。

だいす 大豆には、たんぱくしつ 質がたくさんはい
はたけ にく よ で「畑の肉」と呼ばれています！