

きょう 　　はい  
今日はグリーンピースが入ったまめごはんです。

れいとう かんづめ ねんじゅう た  
冷凍や缶詰などで1年中食べることができる

グリーンピースですが、生のグリーンピースをた

べることができるのは、春から初夏にかけてのいま

です。剥きたてのグリーンピースは皮もやわらか

く、甘味があっておいしいです。



しゅん しょくざい あじ た  
旬の食材を味わって食べましょう！



まめ 豆ごはん、ツナコロッケ、いそ<sup>あ</sup>和え、<sup>とんじる</sup>豚汁