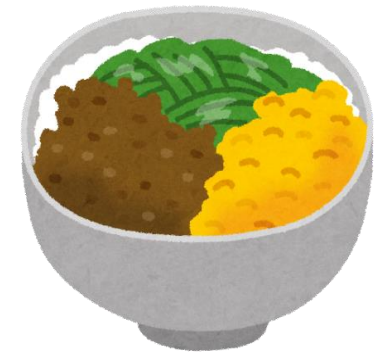


さんしょく どん にく
三色そぼろ丼は、とり肉のそぼろ、

い やさい あ さんしょく
炒りたまご、野菜のごま和えの三色の

ぐ た
具をごはんのにのせて食べます。

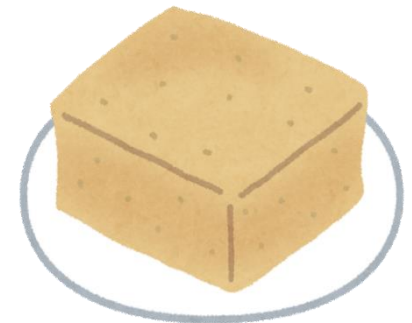


にく きざ こうやどうふ はい
とり肉のそぼろには、刻んだ高野豆腐が入っ

ています。高野豆腐は、豆腐を凍らせた後に乾燥

つく にほん むかし つた
させて作る、日本に昔から伝わる

ほぞんしょく のこ た
保存食です。残さずに食べましょう！





さんしょく どん だいこん ちゅうか あ しる
三色そぼろ丼、きゅうりと大根の中華和え、なめこのみそ汁