

Welcome to our lunch room



らんちたいは 2007

Eating will become more interesting, if you know something about what you eat.

は えいせいしゅうかん
歯の衛生週間のときに、みな

かんが かんが
さんが考えてくれた『歯っぴー

めにゅー なか きょう
メニュー』の中から、今日は

さとしさん・ゆうたさん ぎょうだい
兄弟の

かんが ちゃーはん
考えてくれた“たこチャーハン”の

とうじょう きゅうしょく いめーじどお
登場です。給食でイメージ通りにいくかはわかりません

が、おいしいたこが手に入ったので、よくかみかみして、

たこのおいしさを味わってくださいね。

さて、むかしむかしの江戸時代。おんな
の人の好きなものは「芋、蛸、南瓜（かぼ

ちや）」と言われていました。かぼちやや芋は

あま びたみん けんこう
甘くてビタミンもたっぷり。健康にもよいし、

お肌もきれいになります。食べすぎると太る原因になって

しまいます。ところが、たこにふくまれる「タウリン」とい

う成分は、太りすぎを予防する力があり、肌をきめ細かに

美しくする力がとても強いのです。たこの美容効果を

え どりだい おんな ひと けいけん し
江戸時代の女の子たちは、経験から知っていたのかな？



カミカミたこチャーハン

ぎゅうにゅう

なっとうあえ

あべかわいも

わかめスープ

