

Welcome to our lunch room



らんちたいは 2007



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

きょう ながいも
今日は長芋をピザやきにしま
した。ねばねばのいもかわ
いて切り、ひとり分ずつカップ
に入れるだけでも大変な作業
ですね！感謝していただきましょう。



ながいもは ほんば ちゅうごく の
かんぼうやく びょうき
漢方薬としても、病気のあとの
たいりよくかいふく ひろうかいふく
体力回復や、疲労回復などに
つか 使われています。今は いま とく
使われています。今は特に、
かぜ きせつ いえ
風邪の季節なので、家でも
せっきよくてき た
積極的に食べるといいですよ。

ながいものりょうり たの ねつ くわ
ながいもの料理で 楽しいのは、熱を加えると「つるつる」
から「さくさく」、そして「ほくほく」といろいろなしょっかん
生まれ かわること。おなじ グラタンの なか ねつ あ
生まれ かわること。同じ グラタンの 中でも、熱の 当たり
ぐあい 具合によって いろいろな は 歯ごたえの お芋が あるかも
しれませんよ。よく かねて た 食べてみて くださいね。