

3月4日（月） おいしいなつうしん



きんようび せいがい ◎金曜日の正解◎ ① ゆき

ゆき した 雪の下にはこれから芽吹く草があり、ゆき うえ もも はな 雪の上には桃の花が咲いているというように、これから 訪れる 春を表現しています。

きょう ◎今日のクイズ◎

こうやとうふ は、とうふ を凍らせて乾燥させたもので「乾物」の一つです。乾物は日に干したり、水分が少なくなったりすることで、栄養価が高くなります。高野豆腐は、鉄分や食物繊維などの不足しがちな栄養素をたくさん含んでいます。しっかり食べましょう！

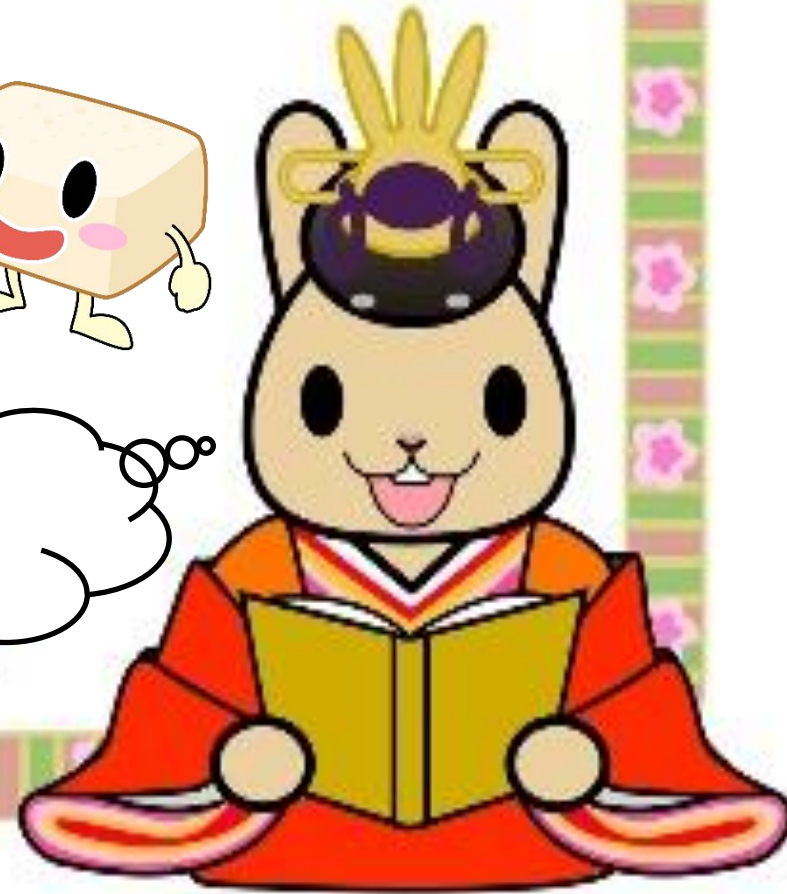
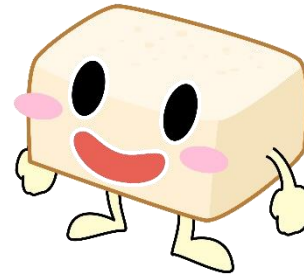
では、クイズです。高野豆腐の別名はなんですか？

- ① 乾燥豆腐
- ② 凍り豆腐
- ③ カチコチ豆腐

※今日はサービス問題です。

11月のおいしいな通信をよく読んでいた人はわかるはず！

ぎゅうにゅう
こうやとうふのそぼろごはん
ひじきのいそに いものこじる



ひじきのいそは

こうやとうふのそぼろごはん

いものこじる

大わん

正解のクラス
1の2、3の1、4の1、
4の2、4の3、6の2

