

12月 もりつけひょう



メリークリスマス☆

たの 楽しい冬休みをすごしてください！また元気に会いましょう
 今月は「系本を味わおう系合食」です。6冊のステキな本とコラボレーションします。右上のこのマークがめじるしです！
 と の日は「冬至の日南立」です。おたのしみにしてください

<p>2日(月)</p> <p>くきわかめのチヨナムル にくだんごと うずらのあまず あん</p> <p>おぎごはん</p>	<p>3日(火)</p> <p>スイートポテト ビーンズサラダ</p> <p>とびだせ!だいこんカレー</p>	<p>4日(水)</p> <p>くわいごはん のりずあえ</p> <p>ねこがすきな?さかなのフライ (わかざきフライ) しゅうなん</p>	<p>5日(木)</p> <p>フランスパン リンゴジャム</p> <p>ルラルさんがつくるはずだった フランスふうえびのクリームスープ</p> <p>こんにゃくサラダ</p>	<p>6日(金)</p> <p>みかん たらゆずみそかけ</p> <p>おぎごはん さつまのっぺ</p>
<p>9日(月)</p> <p>ちゅうかふう たきこみごはん</p> <p>もせしのちゅうかあえ</p> <p>しゅうまい</p>	<p>10日(火)</p> <p>マーボーどん(おぎごはん) あまづけ</p> <p>あまからじゅがいの</p>	<p>11日(水)</p> <p>かいそうサラダ あぶらぶのたまごとし</p> <p>おぎごはん</p>	<p>12日(木)</p> <p>ツナコーン ピラフ</p> <p>コールスロー サラダ</p> <p>メンチカツ</p>	<p>13日(金)</p> <p>こどもパン りゅんちんたちまち けんぎになるサラダ</p> <p>ひよこまめとマカロニのカレークリーム</p>
<p>16日(月)</p> <p>だいずいり ひじきごはん</p> <p>のものとさんちのだいこんとブロッコリーのあえ</p> <p>はんぺんフライ</p>	<p>17日(火)</p> <p>いごなうどん いそがあえ</p> <p>かぼちまほうとうふう うどん</p> <p>くわいのからあげ</p>	<p>18日(水)</p> <p>おかかぶりかけ なめたけあえ</p> <p>うましお にくいそ</p> <p>おぎごはん</p>	<p>19日(木)</p> <p>ツイストパン ひめねずみがつくる あったかたまねぎ スープ</p> <p>とりにくのレモンソース</p>	<p>20日(金)</p> <p>クリスマスデザート えっちゃんどくせい トマトソースパゲッティ</p> <p>クリスマスサラダ</p>

ごはんフブ、のこしていませんか？

わたしたちが食べているお米は、昔は十分な量がとれず、食べられるのは江戸などの大きな町に住む人や豊かな人々だけでした。今のようになんかお米を食われるようになったのは実は意外と最近のことなのです。

お米は私たちの口に入るまでに1年以上もかかってやっと4又米をむかえます。農家の方々が田んぼの水の管理や草の手入れを毎日休まず行い、やっと4又米ができるのです。

「米」という漢字は八十八というろつからできています。米を4又米にするまでに八十八の手間をかけることから「米」という字ができあがったといわれています。

自然の恵みとお米をおいしく育ててくれた方々に感謝しながら一粒も無駄にせず食べることが私たちにできることなのです。

日本米料理に欠かせない調味料に酒、醤油、みりんがあります。これらはお米から作られています。お米として食べるだけでなく、和食の味をつくる引き立て役として大活躍しているのです。

ぼくたちからできているのだ!!

お米生まれの調味料

