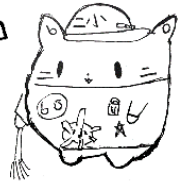
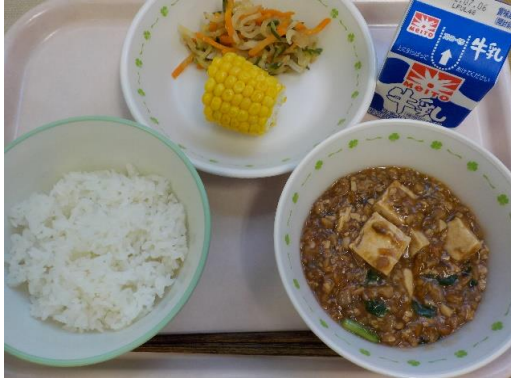




ランチ通信^{つうしん}



きょう 今日のこんだて



・ごはん

まーぼー豆腐
・麻婆豆腐

・ナムル

・ゆでとうもろこし

ぎゅうにゅう
・牛乳



きょう 今日^{きょう}のとうもろこしは東久留米市^{ひがしくるめし}で栽培^{さいばい}されたもの
 です。4月末^{がつまつ}から5月^{がつ}はじめに植^うえられたとうもろこ
 しは強い風^{つよ}にも負け^{かぜ}ず6月末^{まつ}には人^{ひと}の背丈^{せたく}までぐんぐ
 ん成長^{せいちよう}します。東久留米市内^{ひがしくるめ}では畑^{はたけ}のそばに庭先^{にわさき}販売^{はんばい}
 所^{じよ}があり、この季節^{きせつ}は枝豆^{えだまめ}やトマト、なす、きゅう
 り、とうもろこしなど夏^{なつ}が旬^{しゆん}の野菜^{やさい}がたくさん並^{なら}びま
 す。採^とれたてで新鮮^{しんせん}な野菜^{やさい}を食^たべ、元氣^{げんき}に夏^{なつ}をむかえ
 ましょう

