

わしょくすいしん ひ
和食推進の日

がつ
3月の
和(なごみ)こんだて



かずくん



なごみちゃん

きょう
今日のこんだて

ほうれんそうのおかかに

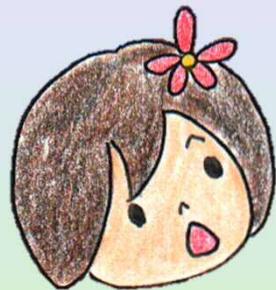
ぎゅうどんのぐ

さくらもち



ごはん

はるのみそしる



ことし まいつき
今年も毎月いろいろな
「和(なごみ)こんだて」を食^たべたね。

「和(なごみ)こんだて」で
どんなものを食^たべたかな？



季節を味わう

行事食・和菓子



にしめ



ごまめ



ちまき



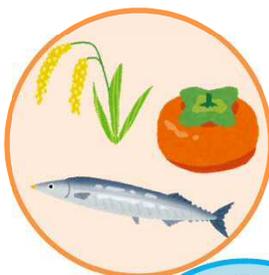
おはぎ

旬の食材

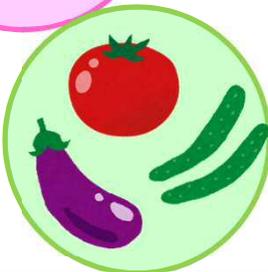
はる



あき



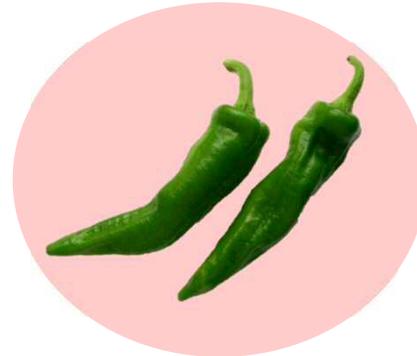
なつ



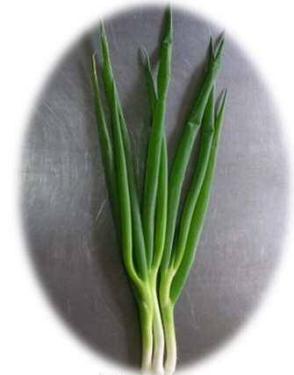
ふゆ



地産地消の食べ物



まんがんじ
万願寺とうがらし



くじょう
九条ねぎ



なす



づけ
しば漬



すぐき

にる



やく



あげる



むす



ごほう
五法

なま



ちょうりほう

いろいろな調理法があることも

がくしゅう

学習したね。

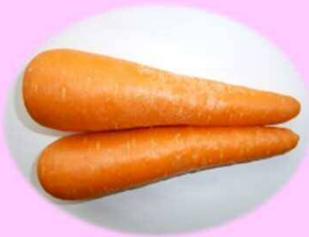




いろいろが^{うつく}美しい
すましじるも^た食べたよ。



あか
赤



き
黄



みどり
緑



しろ
白



くろ
黒



ご
五
しき
色

わしょくめ^{たの}和食は、目でも楽しめる
しょくじ^{たの}食事だね。



しゅん た もの
旬の食べ物

な はな
菜の花



たけのこ



わかめ



あじ
おいしく 味わって
た 食べてね！

