

ならけん

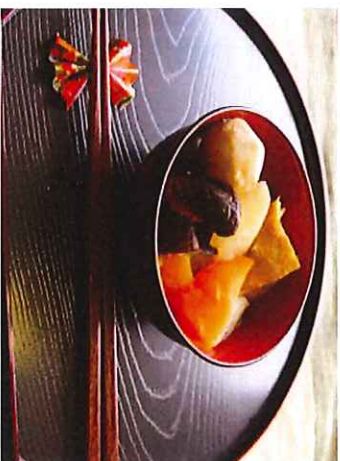


にしんとなすのたいたん



うみがまわりにないので、ほそんしよくのほしたにしんをおいしくたべるためにうまれしました。なすのとれるじきはよくたべます！

ならのっぺ



「おんさい」という、ならけんのおまつりでむかしからたべるりょうり。おにくはつかわず、おやさいとあつあげがはいる、にちのです。

あすかなべ



むかし、ちゅうごくがぎゅうにゅうをつたえ、にほんのおほうさんがぎゅうにゅうと、とりにくでなべをつくったのがはじまりです。

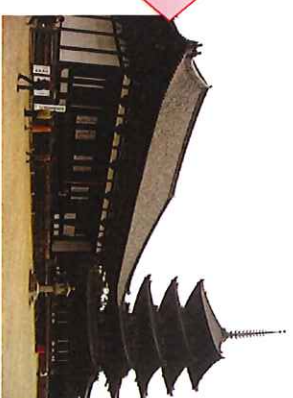
おみい



みそそうすいが、なまっておみいといわれるようになった。さむいときや、たいちようがわるいとき、からだがげんきになるりょうり。



いじゅうのとり



ならけんのだいふつ



ならけんのだいふつ

おひる

- さきげごはん
- あじとなすのたいたん
- ならのっぺ
- あすかなべ
- いちご

きょうのきゆうしよく



おやつ

• おみい

