



きょう たなばた きょうしよく 今日(きょう)は七夕(たなばた)の行事食(ぎょうしよく)でそうめん(つか)を使(つか)いました。

たなばた ひ さくべい た ねんかんびょうき 七夕(たなばた)の日(ひ)に「索餅(さくべい)」を食(た)べると 1年間(ねんかんびょうき)病氣(びょうき)をしな

い、とい(い)う言(つた)い伝(つた)えが、後(のち)にそうめん(つか)に変わ(か)ったと

い 言(い)われていま(いま)す。



さくべい 索餅 (小麦粉(こむぎこ)のお菓子(おかし))

りょうり うし 料理(りょうり)の後(うし)ろのマーク(マーク)は、その料理(りょうり)が体(からだ)の中(なか)で主(おも)に

はたら あらわ どん(はたら)な働(あらわ)きをする(する)かを表(あらわ)していま(いま)す。

エネルギー(energy)になる(なる)…★

きんにく ほね 筋肉(きんにく)や骨(ほね)をつくる(つくる)もとな(なる)…○

からだ ちょうし ととの 体(からだ)の調子(ちょうし)を整(ととの)える…*



フルーツ(fruit)みつ豆(まめ)*○★ 牛乳(ぎゅうにゅう)○

☆の形(かたち)のかまぼこ(かまぼこ)は ひとり(ひとり)3~4枚(まい)です

ごもく 五目(ごもく)ちらしずし(ちらしずし)*○* たなばた(たなばた)じる 七夕(たなばた)汁(じる)*○*