



えびは、目^め玉^{だま}が飛^とび出^だしている見^みた目^めから「目^め出^でたし(めでたし)」とされ縁^{えん}起^ぎがいいといわれていま
す。その他^{ほか}に、曲^まがった腰^{こし}と長^{なが}いひげが長^{ちよう}寿^{じゆ}を表^{あらわ}
し、脱^だ皮^{っぴ}を繰^くり返^{かえ}すえびは成^{せい}長^{ちよう}や生^うまれ変^かわり
の意^い味^みを表^{あらわ}しています。



料^{りよう}理^りの後ろ^{うし}のマ^{りよう}ーク^りは、その料^{りよう}理^りが体^{からだ}の中^{なか}で主^{おも}
にど^はん^{たら}な働^{はたら}きをするかを表^{あらわ}しています。

エネルギーになる…★

筋^{きん}肉^{にく}や骨^{ほね}をつくるもとになる…○

体^{からだ}の調^{ちよう}子^しを整^{ととの}える…＊

わかめサラダ＊○★

牛^{ぎゅう}乳^{にゅう}○

えびと野^や菜^{さい}のチリソース煮^に○＊★

ごはん★

にら玉^{たま}スープ＊○