

味付けのり

和風サラダ

焼きししゃも
(1人2匹)

ごはん

肉じゃが

汁物より
控えめに
盛りましょう6月23日(火)  たまねぎ味付けのり 

味付けのりは、「あまのり」という海そうから作ります。これを紙を作る時と同じように、すいて平らにします。そして、しょうゆや砂糖で味をつけ乾燥させたものが味付けのりです。はしを使い、ご飯を巻いて食べましょう。

