

よい姿勢でおいしい食事

こんな姿勢になっていないかな？

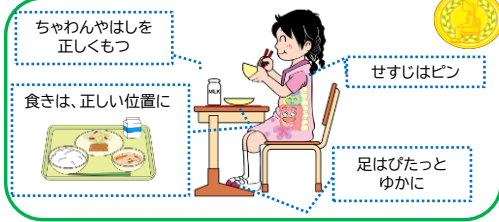


Table with 7 columns (Date, Title, Content) and 7 rows of food stories. Each row contains a date, a title, and a detailed paragraph about a specific food item, its origin, and its nutritional benefits.

1日(木) お月見について
今日は十五夜です。中秋の名月・いも名月といい、一年の中で一番月が美しい時期です。日本では昔から、十五夜の日には、真ん丸な月見だんごやススキ、里芋、栗などを供え、秋の農産物の収穫に感謝するという風習があります。...

8日(木) 世界の食事作法について
世界の国々では、食べ物や宗教、食文化の違いによって、食事をする時の道具や作法が違います。私たち日本人や中国、韓国、台湾などの人々は、箸を使います。...

15日(木) レーズンパンについて
レーズンは、どんな食べ物からできているのでしょうか？答えは、ぶどうです。ぶどうを干して作られます。生のぶどう100gからできるレーズンはわずか20gだそうです。...

22日(木) じゃがいもトマト煮について
じゃがいもの生まれたところは、どこか知っていますか？答えは、南アメリカ大陸のアンデス地方です。スペイン人が持ち帰りヨーロッパに広まったそうです。...

29日(木) 朝ごはんにおすすめのフレンチトーストについて
フレンチトーストはどこで生まれた料理でしょうか？①フランス ②アメリカ ③日本 答えは②アメリカです。名前を聞くとフランスのようですが、今から30年くらい前にアメリカ人のフレンチさんという人が考えたからなんです。...