

おどろいた × ニュール

奈良時代の貴族の食事の × ニュール

ハスの実入りごはち

干しがき くまもろ

ナス うりのつけもの

~~干し~~ 干乳で煮たもの やきあわび

竹の子とたのた 軍エビのシオヤキ

トビヒ わさび 干しダイ

金がき シカ肉の塩木

ササの 大根みそ

シカ肉のシオカラ

干しタコ

タコとセリの汁

かいていおでやで

こんろにひくちんて 本当の

とおどろいた

傘だて こんろに そろそろおおい

この時代 管理栄養士 いたの？

それにくちび 庶民の食事は

米と青汁 だ牛

これだ牛では はたろ牛なの

お米は 精米<sup>し</sup>之れを いそいほしても

これに ひと

玄分の栄養は とれるの

健康を保つのは

玄分が栄養を とるの

存して いるわ だ

お茶か いう けいじかおは それで いり

だろ だろ かな

2024  
4/18