



きょうのきゅうしょく



7月11日(火)



なつやさいかレーライス
 ぎゅうにゅう
 きりぼしだいこんの
 すのもの
 れいとうみかん



きょうのきゅうしょくに
 つかわれているしょくひんは…?

あかのグループのしょくひん	さいろのグループのしょくひん	みどりのグループのしょくひん
ぎゅうにゅう とりにく ちくわ しらすぼし	ごはん ごま ごまあぶら こむぎこ オリーブオイル さとう はちみつ じゃがいも	にんじん にんにく トマト セロリ しょうが たまねぎ なす えだまめ きりぼしだいこん きゅうり みかん

夏野菜カレーライスのはなし

今日は、みんなの大すきな「カレーライス」が給食にでています。でも、今日のカレーはいつものカレーとは ちょっとちがいます。よ〜く見てください。野菜がたっぷり入っていますね。特に夏においしい野菜がたっぷり入っています。夏野菜は、夏の太陽をしっかりとあびているので、栄養もたっぷりふくまれています。カロテンやビタミン C、ビタミン E が特に多く、夏バテをふせいだり、病気に対する抵抗^{ていこうりょく}力をたかめたりしてくれます。太陽のめぐみをたっぷりうけた野菜をしっかりと食べましょう。今日のカレーのなかには、何種類の野菜が入っているか わかりますか？

年 組