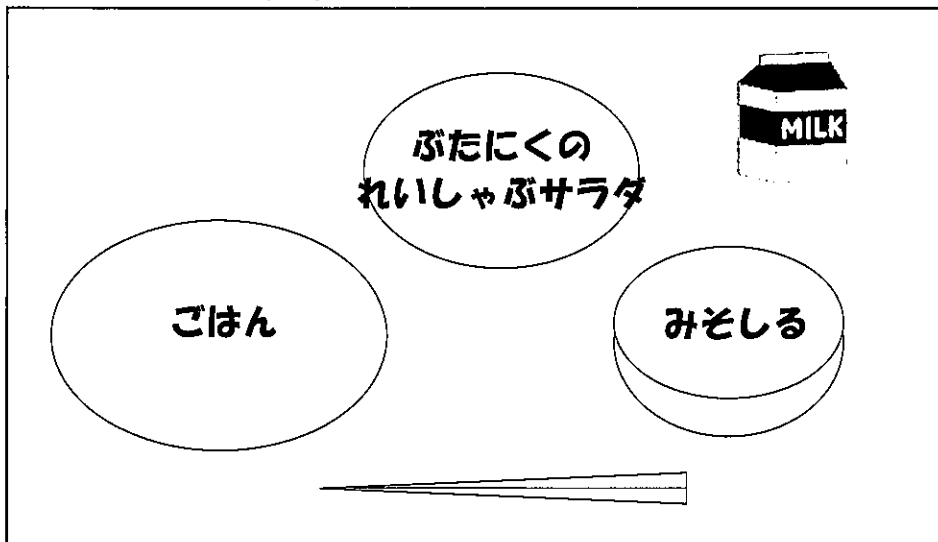


# ランチタイムだよ!



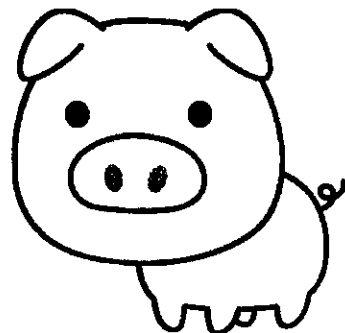
鶴指小給食室

★ 6月24日(月) のもりつけ



★ 6月24日(月) の献立

- ごはん
- ぶたにくのれいしゃぶサラダ
- みそしる
- ぎゅうにゅう



きょう 今日(けふ)は『ぶたにく』についてのクイズです。

だいいちもん 第一問 『ぶたにく』は、どのえいよう(栄養)がいちばん(いちばん)たくさんありますか?

- ① ち(ち)やきんにく(きんにく)をつく(つく)【たんぱく(たんぱく)しつ(しつ)】
- ② エネルギーになる【しつ(しつ)しつ(しつ)】
- ③ からだ(からだ)のちょうし(ちょうし)をととのえる【ビタミン】

だいにもん 第二問 第一問のえいよう(栄養)のほかにたいせつ(たいせつ)なえいよう(栄養)があります。

それはなんででしょう?

- ① つか(つか)れをかいふく(かいふく)してくれるビタミンB1 (ビーワン)
- ② せいちょう(せいちょう)をたす(たす)けてくれるビタミンB2 (ビーツー)