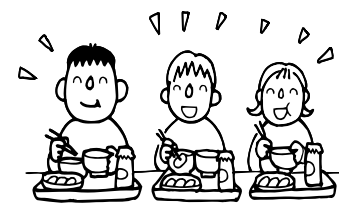


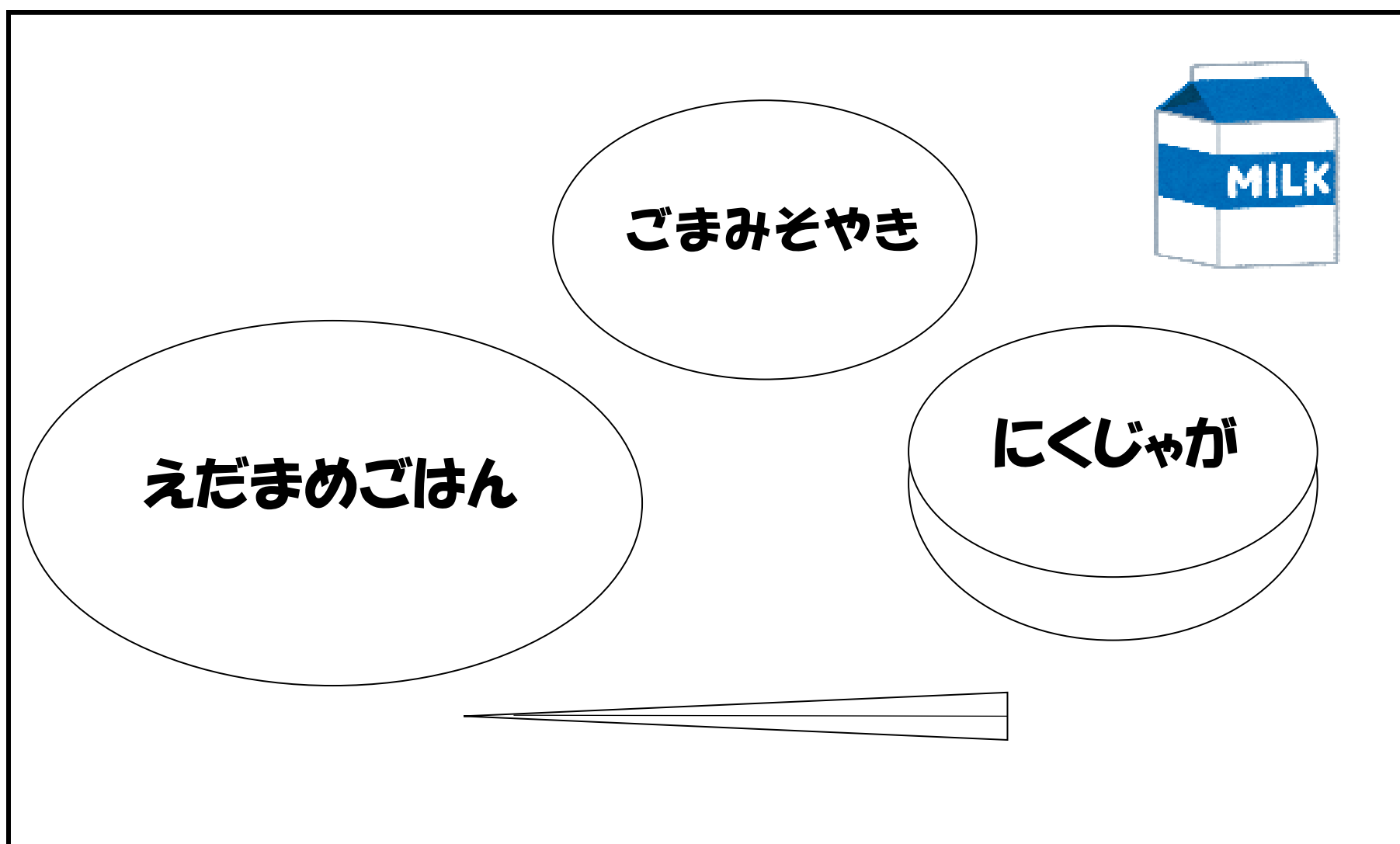
令和7年度

ランチタイムだよ

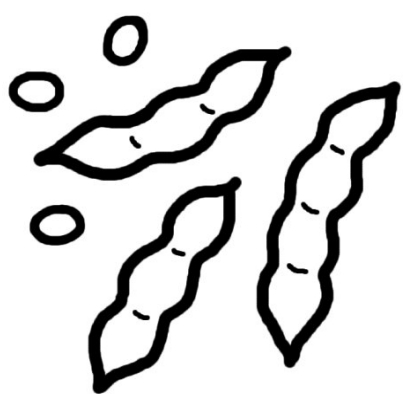


鶴指小給食室

★ 5月9日(金) のもりつけ



★ 5月9日(金) の献立
えだまめごはん
あかうおぼごまみそやき
あつあげのにくじゃが
ぎゅうにゅう



きょう 今日、は、『えだまめ』についてのお話です。

なつ 夏が近づくと『えだまめ』がたくさん採れる時期となります。

じつ 実は『えだまめ』は、大豆の未熟な種子なのです。

きんにく 筋肉をつくる【たんぱく質】、しょっぱい物を食べ過ぎて体にある

よぶん 余分な塩分を外へ出してくれる【カリウム】など、

けんこう 健康な体になるために大切な食べ物です。

きょう 今日、もよく噛んで、味わっていただきますよ！