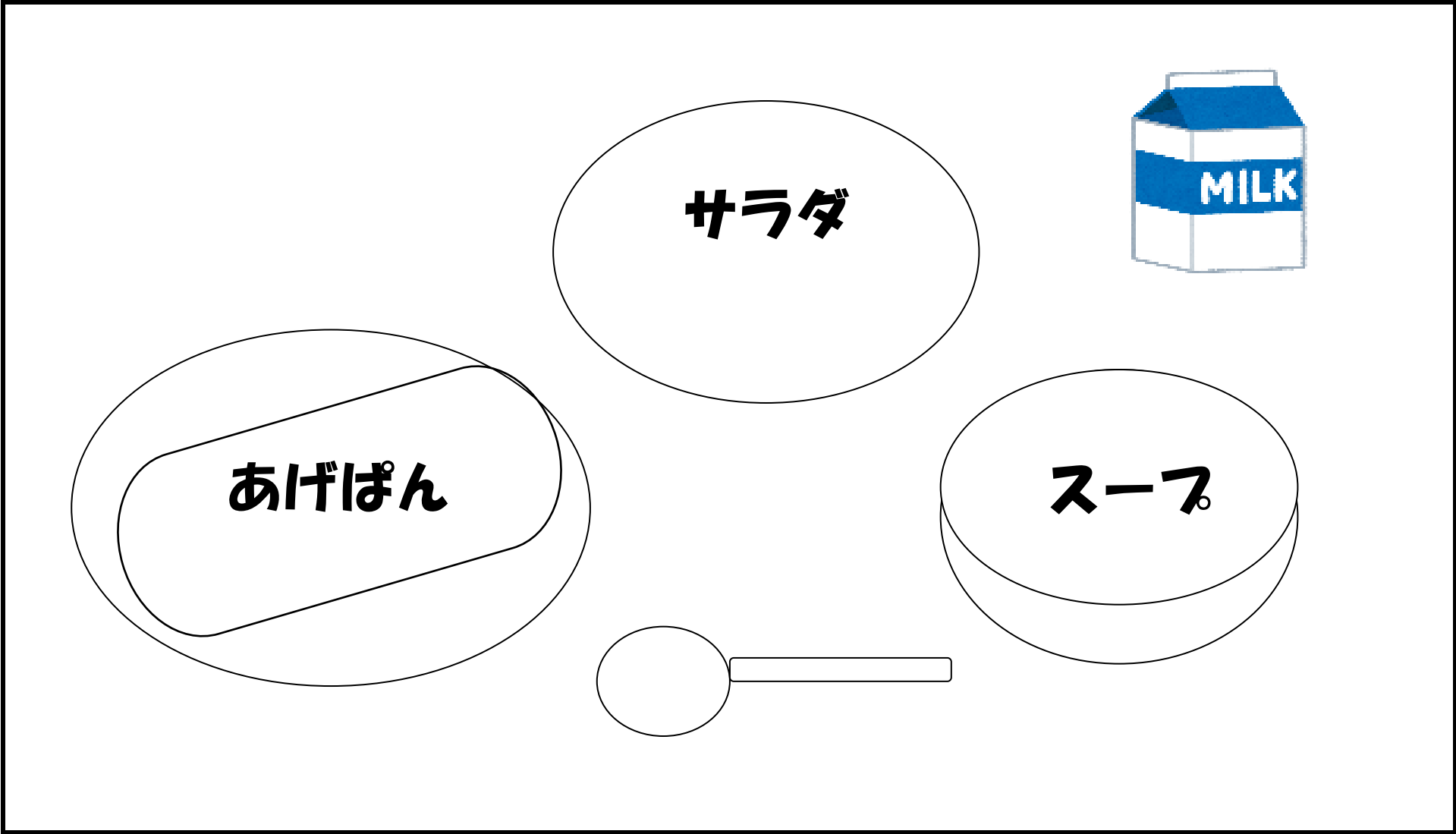


ランチタイムだよ



★ 5月19日(月) のもりつけ



★ 5月19日(月) の献立  
きなこあげパン  
ミネストローネスープ  
イタリアンツナサラダ  
ぎゅうにゅう



きょう 今日は『トマト』についてのお話です。  
『トマト』は、【リコピン】というえいよう栄養がたくさんあります。  
【リコピン】は、せいかつしゅうかんびょう生活習慣病というびょうき病気をよぼう予防するこうか効果があります。  
しょうらい 将来健康でげんき元気にすごすために、  
いま 今からしっかりえいよう栄養をとひつよう摂る必要があります。  
いま 今の時期とてもおいしい『トマト』を、  
うち お家でもたくさんた食べてください ^ ^