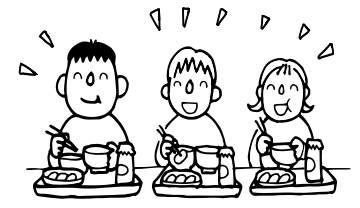


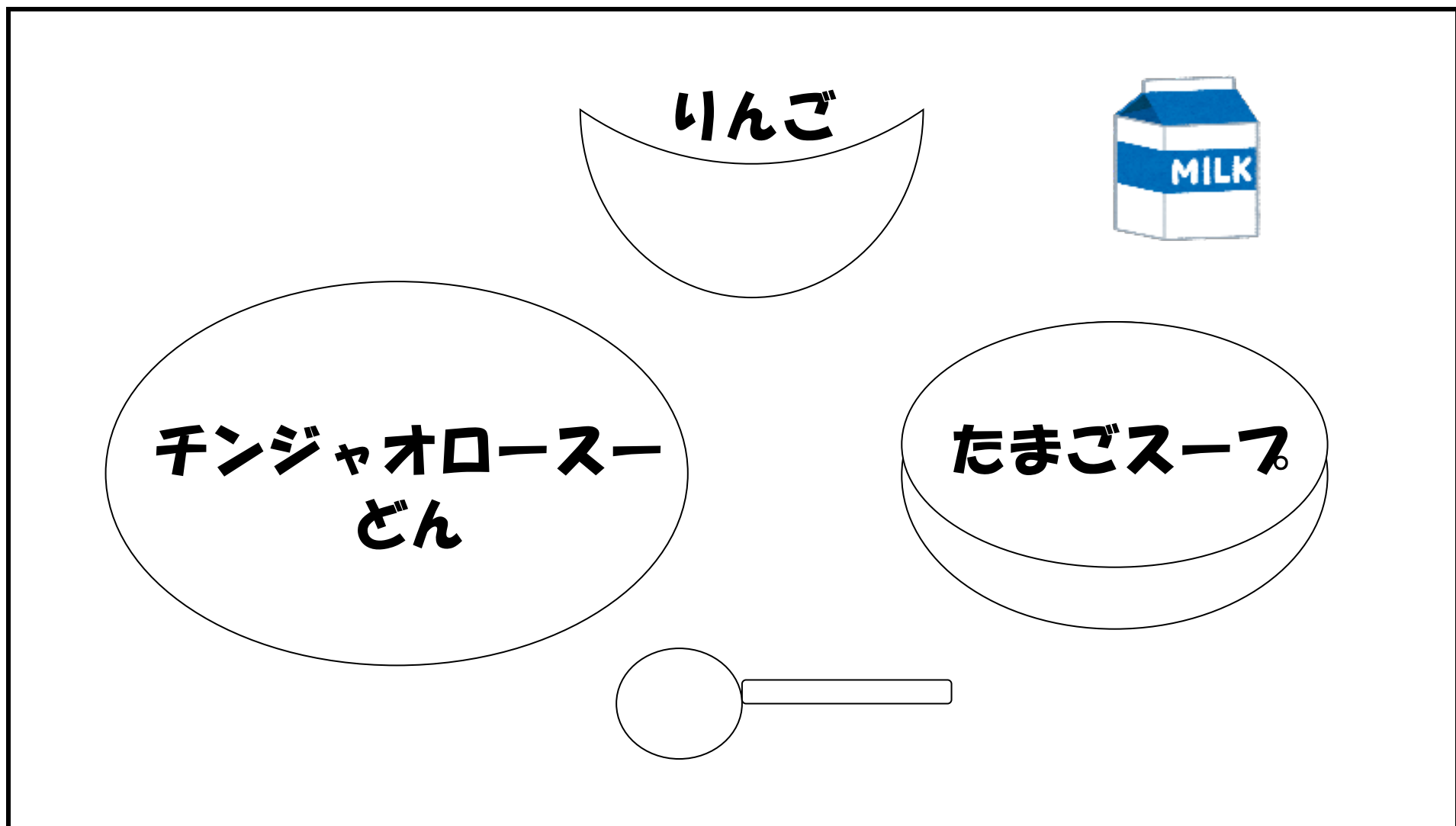
令和7年度

ランチタイムだよ



つるさし しょきゅうしょくしつ
鶴指小給食室

★ 11月20日(木) のもりつけ



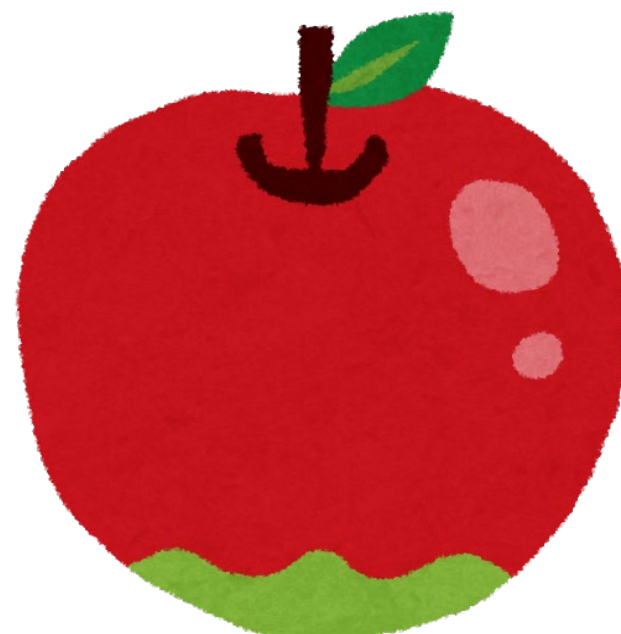
★ 11月20日(木) の^{こんだて}献立

チンジャオロースー^{どん}丼

たまごスープ

^{くだもの}果物(りんご)

^{ぎゅうにゅう}牛乳



^{きょう}今日はりんごについてのお話です。^{はなし}

りんごの生産量は青森県が半分以上を占めていて、

^{ながのけん}長野県、^{いわてけん}岩手県、^{やまがたけん}山形県など、^{きた}北の地域で多く栽培されています。^{ちいき}

これは、りんごの栽培に適した涼しい気候であるからです。^{おほ}

りんごには食物繊維やミネラルが豊富に含まれており、^{さいばい}

お腹の調子を整えたり、貧血を予防したりとたくさんの効果があります。^{しよくもつせんい}

今日もよく噛んで味わっていただきましょう。^{ほうふ}