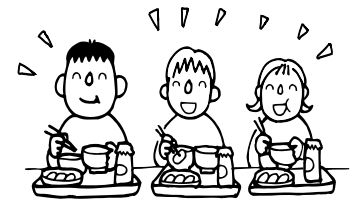


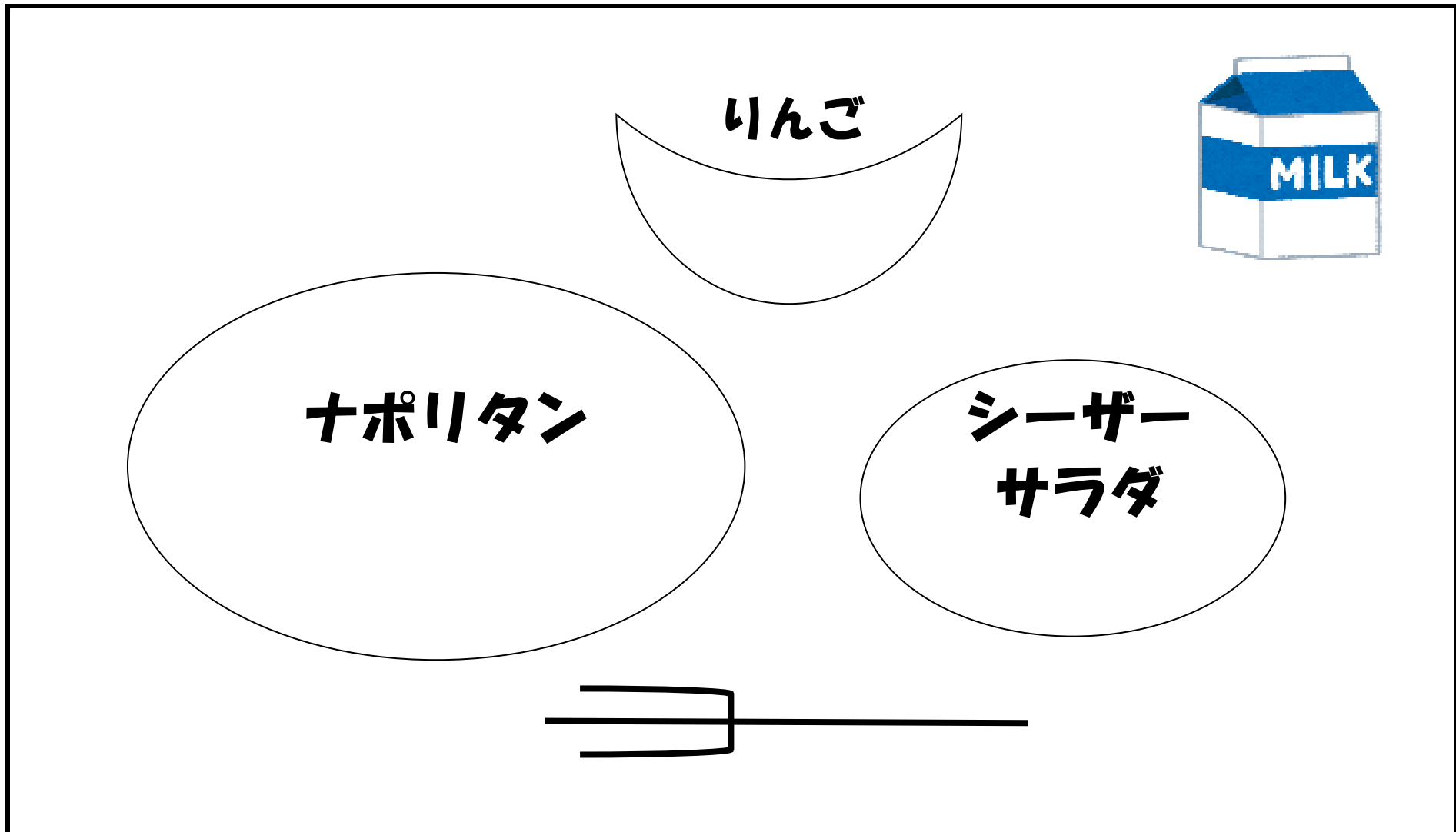
令和7年度

ランチタイムだよ



つるさししよきゅうしよくしつ
鶴指小給食室

★ 12月11日(木) のもりつけ



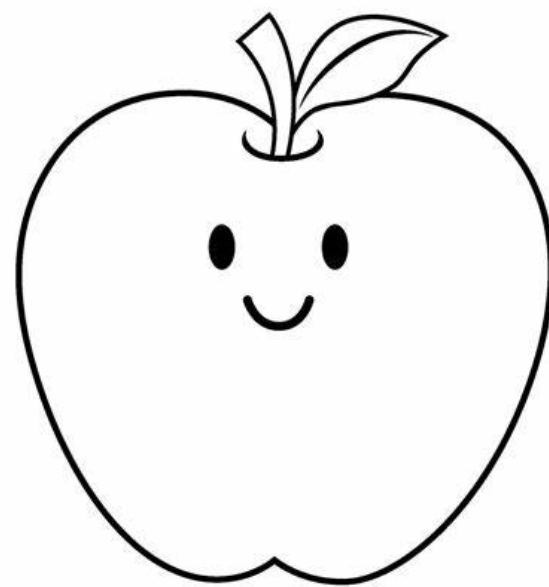
★ 12月11日(木) の献立 こんだて

ナポリタン

シーザーサラダ

くだもの
果物(りんご)

ぎゅうにゅう
牛乳



きょう 今日 はなし はりんごについてのお話です。

りんごの生産量は青森県が半分以上を占めていて、

長野県、岩手県、山形県など、北の地域で多く栽培されています。

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。

りんごには食物繊維やミネラルが豊富に含まれており、

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。

今日もよく噛んで味わっていただきましょう。