

12がつ4にちの こんだて

ごはん
ばちじる
とりのれもんがけ
のりあえ



Today's Quiz



1年を通してスーパーなどで見かけるしょうがですが
1年のうちで旬はいつごろでしょうか？

- ①5~7月 ②10~11月 ③2~3月



ゆっくり
よくかんで
たべよう



こたえ： ①

色の白い新ショウガは①で、根ショウガと呼ばれるものは② ②を貯蔵して周年出荷が可能になって
います。

しょうがは、体を温める作用や殺菌、風邪予防にも効果的です。寒くなっています。

みなさんも体調管理はしっかりしましょうね。

12がつ4にち きょうのたべもの

