

4がつ22にちの こんだて

ごはん

はるのぽとふ

はんばーぐBBQそーす

すばげていそてー



Today's Quiz



給食クイズ

春が旬の野菜である「キャベツ」。キャベツが豚カツの付け合わせになっている理由は为什么呢？

- ①胃を守る ②安い ③歯ごたえがある



ゆっくり
よくかんで
たべよう



こたえ：①

キャベツには「ビタミンU」という栄養がたっぷりふくまれています。

ビタミンUは胃の粘膜を守ってくれる栄養で、あぶらっこいトンカツの消化を助けて胃を守ってくれます。

4がつ22にち きょうのたべもの



ソーセージ



ハンバーグ



オリーブ
オイル



ごはん



さとう



パスタ



たまねぎ



にんにく



キャベツ



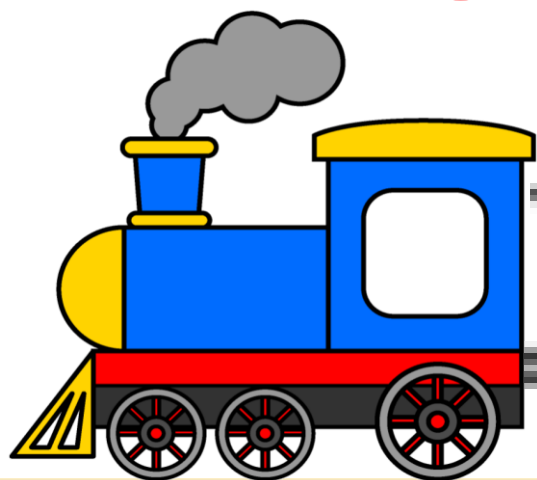
パセリ



アスパラガス



にんじん



からだを
つくるもと

げんきいっぱい
エネルギーのもと

びょうきにまけない
からだのちょうしを
ととのえる