

7がつ3にちの こんだて

ごはん

ぽとふ

あわじたまねぎころっけ

うみとはたけのさらだ



Today's Quiz



次の野菜のうち、「青菜」のグループではない野菜はどれでしょうか？

- ① ほうれん草 ② 小松菜 ③ ブロccoli



ゆっくり
よくかんで
たべよう



こたえ： ③ ブロccoli

青菜とは緑色の濃い葉野菜の総称です。ほうれん草、小松菜、チンゲンサイ、空心菜、春菊などがあります。ブロッコリーは緑色で緑黄色野菜の仲間ですが、キャベツの一種がイタリアで品種改良されて現在のかたちとなったと言われています。

7がつ3にち きょうのたべもの



わかめ



ツナフレーク



ソーセージ



ひじき



オリーブ
オイル



ごはん



あぶら



コロッケ



パセリ



とうもろこし



ブロッコリー



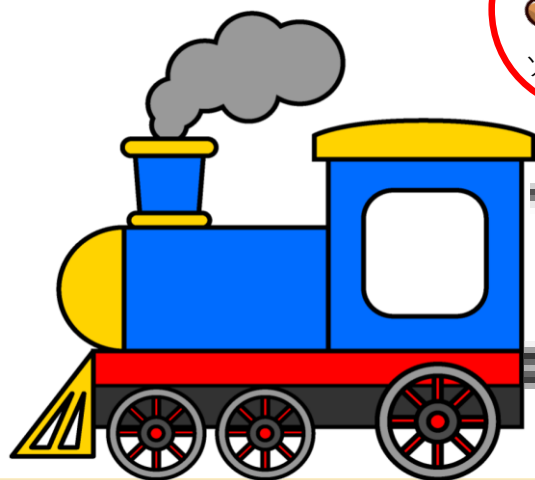
キャベツ



たまねぎ



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