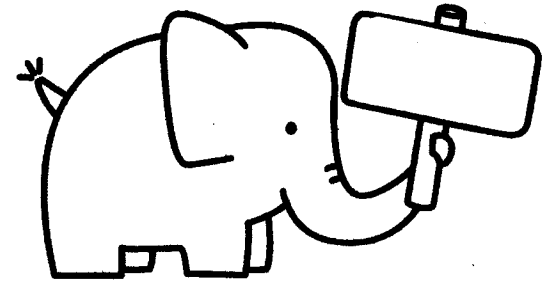


# きょうのきゅうしょく ゆでやさい



『キャベツ』は、<sup>せかいじゅう</sup>世界中でもっとも<sup>ひろ</sup>広く<sup>ぶんぷ</sup>分布する  
<sup>やさい</sup>野菜といわれています。『キャベツ』の<sup>は</sup>葉2~3枚で  
<sup>いちにち</sup>1日に<sup>ひつよう</sup>必要な<sup>シー</sup>ビタミンCをとることができます。  
ビタミンCには、<sup>シー</sup>かぜを<sup>よぼう</sup>予防する<sup>こうか</sup>効果があるので、  
しっかり<sup>た</sup>食べて<sup>くだ</sup>下さいね！