

ランチメニュー

7/11

きょう 今日のこんだて

- くろ 黒パン
- すいか

- ユーンシチュー
- ぎゅう にゅう 牛乳



なつ 夏といえは、すいかですね。

すいかは英語で「ウォーターメロン」といいます。ウォーターとは水のこと。

さ ち たい みず の もの 砂ばくの地帯では水のかわりの飲み物にされていたそうです。実際にすいかの90%以上は水分です。

からだ きゅうしゅう ほかにも体に吸収されやすい

とう ブドウ糖やビタミン・ミネラルも

ほうふ 豊富なので、夏の水分補給に

ピッタリです！

か 欠かさずに！

