

ランチメール

きょう 今日のこんだて

4.25


- ・チキンライス
- ・^{まめ}豆のポタージュ
- ・バナナ
- ・^{ぎゅう にゅう}牛乳

ぎゅうしょく 給食ではよく^{まめ}豆が^{つか}使われていますね。

それは、^{まめ}豆には^{えい よう}栄養がたくさんつまっているからです。

^{まめ}豆は、^{からだ ほね は}体(骨や歯)をつくる

^{しつ}たんぱく質や、^{てつ ぶん}ビタミン・鉄分などの

^{ふ そく}ふたん不足しがちな^{えい よう}栄養^{おお}そをも多く 

ふくんでいるので、ぜひ^た食べてほしい

^{しょく ひん}食品です。今日は^{きょう}白いんげん^{しろ}豆^{まめ}を使った

ポタージュ
です！

^{からだ}体をつくるはたらきの
^{まめ}豆は、あかどんのなかま！

