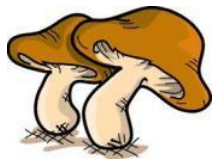


# 11月28日のしょくいくメモ



## きのこのおはなし



あき 秋はきのこのきせつ季節です。

200種類あるといわれている食べられるきのこのなかから給食によく登場するきのこを紹介します！

|         |                                     |
|---------|-------------------------------------|
| しいたけ    | あじ かお 味も香りもとってもよいきのこ                |
| しめじ     | あじ 味がとってもおいしいきのこ                    |
| なめこ     | ぬるぬるは「ムチン」かぜをよぼう予防する！               |
| えのきたけ   | しろ やせい 白いけど、野生のえのきたけはちやいろ茶色い！       |
| きくらげ    | こりこりとしたは 歯ごたえのあるきのこ                 |
| マッシュルーム | ヨーロッパからやってきたきのこ                     |
| エリンギ    | にほん しょくたく 日本の食卓には20ねんまえ とうじょう年前に登場！ |

きのこはとってもからだ体によい！

しょくもつ 食物せんいが多くビタミンがたっぷり  
ほね 骨をつよ強くするはたらきもあります！



きょう きゅうしょく 今日の給食では

もりのシチュー をた食べます！

きのこをた食べてげんき元気いっぱい

しっかりた食べましょう！