

しよくいくメモは、^{にっちよく}日直さんが^よ読んだり、^{きょうしつ}教室にはったりしてね

7月8日のしよくいくメモ

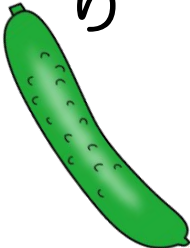
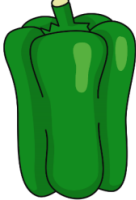
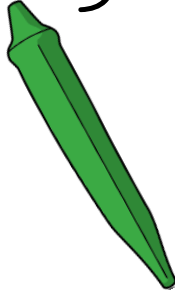


夏野菜のおはなし



夏野菜

どんなものがあるかな？

トマト	きゅうり	ピーマン	なす	オクラ	ゴーヤ
					

夏野菜を食べよう！

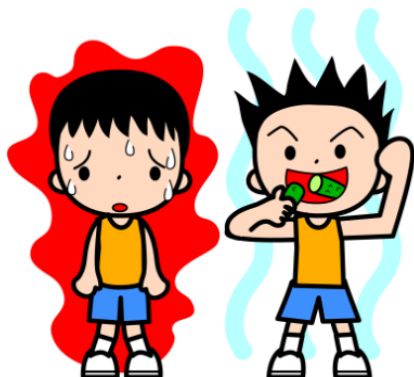
★汗をかいて失ったビタミンやミネラル補給！

★きゅうりやなすなどは、体を冷やしてくれる！

★水分が多いので、水分補給にもなる！

暑い夏にぴったりのはたらきや
栄養があるのが「夏野菜」です！

旬の夏野菜をたくさん食べて、
暑い夏も元気にすごしましょう！



今日の給食で

夏野菜のなす、ズッキーニ、
いんげんを食べます。八王子や
立川で栽培された採れたてです！