

がっ
7月

あつ きせつ げんき
暑い季節を元気にすごそう

なつ た
夏やさいを食べよう

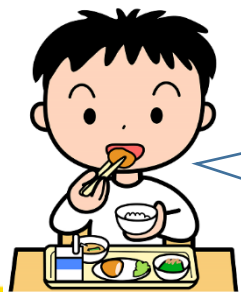
なつ
夏やさいには、ビタミンやミネラルが
はい からだ ねつ
入っていて、体の熱をとって

くれるはたらきもあるよ。

あか
赤、みどり、きいろなど
いろ
色がこくて見た目にも
おいしそう!

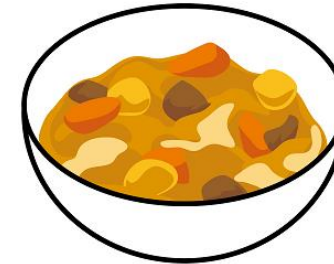
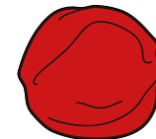
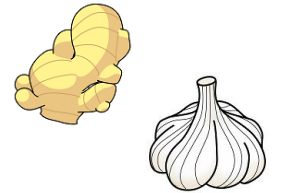


きゅうしょく
給食にもいろいろな夏やさいが出るよ。
どんなやさいがあるかな?



あじ たの
味のアクセントを楽しもう

しょうが、にんにくなど香りがよいもの、
カレー、トウバンジャンなどピリッとからいもの、
す うめ あじ しよく
酢や、梅ぼしなどのさっぱりした味つけて食よくアップ!



きゅうしょくじ かん
給食時間は

ぎゅう
牛にゅうをのもう



さいご
最後のほうは、ななめに
かたむけると、のこさず
きれいに飲めるよ。

