

7月6日（木）

なつやさい
～夏野菜の

オクラ

クイズ

カレー肉じゃが～

オクラは、どのように畑でできるでしょうか？

- ① トマトのようにぶら下がってできる
- ② 空に向かって立ち上がるようにできる
- ③ ぶどうのように集まってできる

こたえ・・・②



7月7日（金）

たなばたじる

しん
～新こんだて～

たなばたは、年に1度だけ、「おりひめ」と「ひこ星」が天の川を渡って会うことを許された日とされています。よく晴れて星が見えるところでは、天の川の両側に輝く2つの星が見えます。



たなばた汁には天の川に見立てたそうめんと、星型のかまぼこ
とオクラが入っています。

7月13日(木)

の 飲むヨーグルト



今日は、牛乳のかわりに「飲むヨーグルト」がつかます。

「飲むヨーグルト」には、牛乳のかわりになる栄養素が入っています。次のことに気をつけましょう。

- ① ストローは、ゆっくりひっぱってのばしてから、ふたにつきさして飲みましょう。
- ② 飲みおわったら、ふたを開けカップを重ねて、かさばらないようにして、給食室へ返ししましょう。

7月19日(水)

まいつき 毎月19日は食育の日



にんじん



からだ ちょうし ととの 体の調子を整える

にんじんは、「体の調子を整える」たべものの仲間です。病気にかかりにくくし、皮ふをじょうぶにするカロテンという栄養素や、おなかの調子を整える食物せんいがたくさん含まれています。

