



きょうのきゅうしょく なっとう

なっとうは「畑はたけの肉にく」とよばれる大豆だいずからできているので、
たんぱく質しつがおおくふくまれていて、みんなの体からだをつくるもとになっています。
また、なっとうにふくまれる「ナットウキナーゼ」というこうそは、
血液けつえきをさらさらにしてくれます！

きょうのなっとうは国産大豆こくさんだいずで作られたなっとうです。
ごはんも残のこさず、なっとうといっしょに食たべてくださいね。

なっとうのかたづけかた

★カップ→重ねて、入っていた食缶に入れる

★フタ・しょうゆのふくろ →袋にい入れてまとめる

