



きょうのきゅうしょく

やさいのごまあえ

『ごま』は、【^{ちい}小さな^{つぶ}粒に^{おお}大きなパワー】と
むかしから^い言われています。みんなが^し知っている
“セサミン”だけでなく、いろいろな^{えいよう}栄養が
ぎゅっとつまっているすごい食べ物です。
^{のこ}残さずたべてくださいね！

