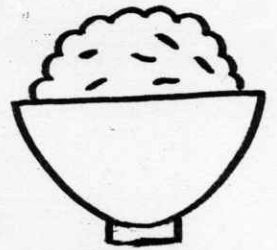


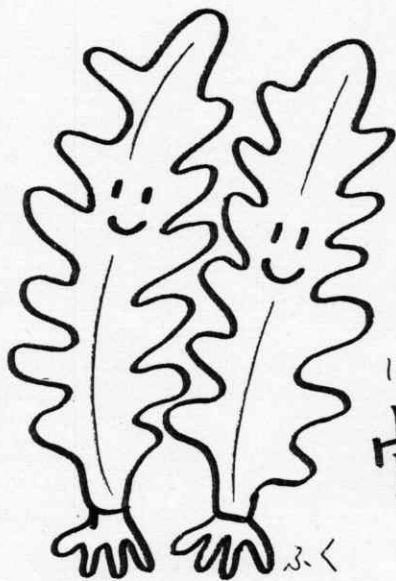
ランチメール

今年^{ことし}の給食^{きゅうしょく}もあと3回^{かい}ですね。12/16

よく味^{あじ}わって食^たべましょう。



今日はわかめ^{きょう}ごはん^{ごはん}です。



わかめは海^{かい}そう類^{るい}の
仲間^{なかま}で、おなか^{なか}をそうじして
くれる食物^{しょくもつ}せんい^{せんい}や

骨^{ほね}を強^{つよ}くしてくれるカルシウム^{かんしうむ}が

たくさん^{たくさん}含ま^{ふく}れています。わかめは乾^{かん}そう
させて保^ほ存^{ぞん}食^{しょく}として古^{ふる}くから食^たべられて
きました。海^{うみ}の中^{なか}で根^ねをは^はって育^{そだ}ち、
1~2メ^{おお}ートル^{せいちゆう}の大き^{おほ}さまで成^{せい}長^{ちゆう}します。