

# ランチメール

きょう 今日のこんだて

11.20

- ・じゃこトースト
- ・バナナ
- ・クリームスープスパゲッティ
- ・牛乳ぎゅうにゅう

ふつか かん 2日間のお休みの後のきゅうしょくです。  
がっこう やす 学校を休んでいた人も、たいちょう よ 体調は良くなった  
ひと でしょうか？ き おん さ 気温が下がり、くうき 空気がかんそう  
する ふゆ 冬は、かぜ や インフルエンザにかかり  
やすくなります... よぼう するためには

- ・しっかりせっけんでて手をあらう
- ・バランスのよいしょくじ 食事をする
- ・すいみんをきちんととる

などがたいせつ 大切です。

みなさんできをつけてみましょう！

