



ランチメール

5がつ 8か きょうのこんだて

ちゅうかどん わかめスープ
バナナ ぎゅうにゅう



わかめは コンブやひじきとおなじ、
^{うみ}海のなかかいにいる 海そうかいのなかまでです。
わかめにはとくに、^{ほね}骨はや^は歯をじょうぶに
するカルシウムがたくさんふくまれて
います。ほかにも食物^{しょくもつ}せんいやミネラルなど、体からだに
いいはたらきがおおくあります。

^{にほん}日本では とてもむかしから^た食べられていて、^{じょうもん}縄文
^{じだい}時代の^い遺せきを しらべたところ、その^{じだい}時代の^{ひと}人たちも
わかめを^た食べていたことが わかったそうです。

きょうは わかめがたっぷり^{はい}入ったスープです。
おいしくいただきますよう。

スープのこまつなは
ふじさわさんです



※ ちゅうい ※
ちゅうかどん に入っている
○ うずらのたまごは、 ○
よくかんでたべましょう

