

ランチメール 2/19

6^年 1^組

97エス トメニユ
くニんテニ

ツアトースト・オースト・パナ・牛に

今日のコンタでは6年^{なん}1組^{くみ}のワフエスト
メニューです!

ツナトーストは食^たべるとカンタンにたんぱく質^{しつ}を取^とることが出来ます!さらに、朝^{あさ}に食^たべると目^めが覚^さめる交^{こう}果^{くわ}があるので朝^{あさ}ごはんにもオススメです!

やさいスーパはキャベツやにんじんが^{はい}入っ
て^{からだ}体を^{うご}動かすために^{ひつよう}必要なビタミンや
ミネラルが^{ほうふ}豊富です！腸の^{ちょう}調子もよく
してくれます！
^{まいあう}

栄養たっぷりでおいしいので たくさん
食べてください!