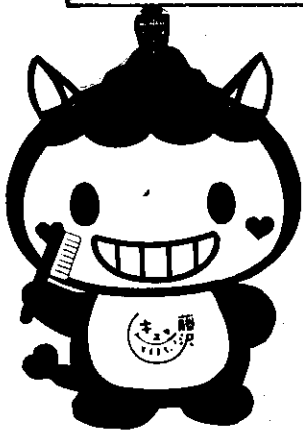


ランチメール 6.3

— きょうの こんだて —

- ・ざっこくごはん
- ・ししゃものひもの
- ・だいずのごもくに
- ・みそしる
- ・牛乳^{ぎゅうにゅう}



みなさんはいつもよくかんで
^た食べていますか？ しっかりかむと、
^{むしば}虫菌^{あじ}になりにくくなったり、味が
^{のう}よくわかったり、脳のはたらきが

^{かっぱつ}活発になったり、いいことがたくさんです。

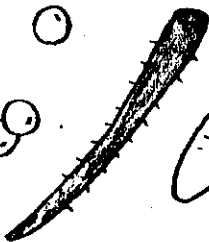
きょうもよくかんで^た食べてくださいね！



もちごめ・もちきびが
 はいっているから、
 もちもちしているよ！



ほねごと
 ぜんぶたべられるよ。



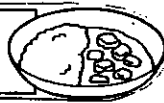
だいずやこんにゃく、
 ごぼうやにんじんも
 かみごたえのあるたべものだよ。



みそしるの
 たまねぎは
 かながわ
 けんさん

うらめんもみてね！ きょうのこうほは...？





こうほ
③ 大根カレー

大根カレーのここがおすすめ!



大根カレーは、大根の食感がおもしろくて健康によく大根はカレーにあっておいしい

ので

大根カレーへのとうひょうをおねがいます!

5ねん 3くみ きゅうしょくいいん

こうほ

④ みどりんカレー

みどりんカレーのここがおすすめ!

みどりんカレーは、ミキサーにかいた小松菜が入っていて、骨や歯を強くしたり、健康を保つ効果があります。カレーの中では、トップクラスの栄養がふくまれています。



なので、みどりんカレーへのとうひょうをおねがいます!

6ねん 1くみ きゅうしょくいいん