

6月1日(火)

アレルギー対応食
オレンジ

グレープフルーツ
ルビー

こや豆腐ごはん

かんぴょうの
みそしる

食育月間の取組として、保健給食委員児童12名が6月のひとくちメモを作りました。高学年らしい素晴らしい内容になりました。

グレープフルーツ……

きょうのひとくちメモ

18世紀に西インド諸島で作られました。その後、アメリカに伝わって、たくさん栽培されるようになりました。

グレープフルーツ1個には、ビタミンCが約100mg含まれています。ビタミンCは、体の調子を整えて、風邪を予防し、ひふや血管を強くしてくれます。



保健給食委員 江面 楓太

すっばいけれど、

おいしいよ！