

3月13日(水) おいしいなつうしん



◎きのうの正解◎ ① ひ 冷やす

りんごは冷やすと甘くなります。

◎今日のクイズ◎

「ひじきごはんは苦手…」という人がいるかもしれませんが、ひじきは「鉄分」や「カルシウム」、「食物せんい」などをたくさん含んでいます。どれも不足しがちな栄養素なので、しっかり食べましょう！

「ししゃも」は骨ごとが食べることができる小魚です。骨までしっかり食べると「カルシウム」をとることができます。よくかんで、丸ごと食べましょう！

今日はなぞなぞです。「かに玉」にはある「チャーハン」にはない、「晴天」にはある「曇天」にはない、「高温」にはある「低温」にはない、「部屋着」にはある「パジャマ」にはない。「ししゃも」はある、ない、どちらでしょうか？

① ある ② ない ※ヒント：ひらがなに直してみる・占い

やさいのにもの
ししゃものなんばんづけ

ひじきごはん

小わん

かきたまじる

大わん

正解のクラス

1の1、1の2、3の1、3の2、
4の1、4の2、4の3、5の1、
5の2、6の1、6の2

