

4月22日（月）おいしいなつうしん

☆金曜日の正解☆ ① にく

◎今日のクイズ◎

今日のごはんはきれいな黄色い色をしています。これはターメリックというスパイスの色です。お米にターメリックを加えて炊くと、きれいな黄色いごはんになります。

サラダは、かいそうがたくさん入っています。かいそうは「カルシウム」や「食物せんい」などの栄養素をたくさん含んでいます。「カルシウム」や「食物せんい」は不足しがちなので、しっかり食べましょう！

くだものは「きよみオレンジ」の予定でしたが、入荷しなかったため「セミノール」に変更しました。うす皮ごと食べられるので、味わってください。

では、クイズです。つぎのうち「かいそう」ではないものはどれでしょうか？ もりつけかた

① わかめ ② ひじき ③ きくらげ

正解のクラス

1の2、3の1、4の1、
4の2、5の1、5の2、
5の3、6の1、6の2

ぎゅうにゅう
ターメリックライスクリームソースかけ
かいそうサラダ
セミノール

セミノール

ターメリックライス
クリームソースかけ

かいそうサラダ