

9月10日(水)おいしいなつうしん

ぎゅうにゅう
こまツナマヨトースト
こだいらめざましスープ
めざましゼリー

☆きのうの^{せいかい}正解☆ ② ^{きく}菊の^{せつく}節句

◎^{きょう}今日のクイズ◎

^{せいかい}正解のクラス

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

9月の「めざましスイッチあさごはん月間」にあわせた献立です。「こまツナマヨトースト」は市立保育園、^{しょうがっこう}小学校、^{ちゅうがっこう}中学校の^{きゅうしょく}給食で統一メニューとして実施しています。不足しがちな鉄分をおぎな^{あさ}補い、朝ごはんにはピッタリなトーストです。「こだいらめざましスープ」は豆や野菜をたくさん使っていて、これ一杯で^{いっぱい}栄養を^{えいよう}たっぷりとることができます。朝ごはんにおすすめなスープです。

「めざましゼリー」は、^ぐ具に^{くだもの}果物を入れました。一日の食事の中で、果物は朝^{いちにち}食^{しょくじ}時に^{なか}食べるのが一番^{いちばん}良いといわれています。朝に^{あさ}果物^{くだもの}を食べるのもおすすめです。

みなさんは、朝ごはんを食べてから^{とうこう}登校していますか？朝ごはんは一日の中で最も大切な食事です。毎日、朝ごはんを^{まいにち}しっかり^{あさ}食べ^たましょう！

さて、「朝の果物は〇〇」といわれています。〇〇とは何でしょうか？

- ① ^{きん}金 ② ^{ぎん}銀 ③ ^{どう}銅

もりつけかた

めざましゼリー

こまツナ
マヨトースト

こだいら
めざましスープ

大わん