

9月19日(金)おいしいなつうしん

ぎゅうにゅう
あきのかおりごはん
さばのつけやき ごまあえ
こだいらめざましみそしる

☆きのうの正解☆ ② カムサハムニダ

「カムサハムニダ」は「ありがとう」、「アンニョンハセヨ」は「こんにちは」という意味です。

◎今日のクイズ◎

「こだいらめざましみそしる」は、朝ごはんにおすすめの、野菜たっぷりのみそしるです。

小平市には、朝ごはんを必ず食べることをPRする標語があります。「めざましスイッチ朝ごはん」です。朝ごはんを食べると体にスイッチが入り、一日元気に過ごすことができます。

「まごはやさしい」という標語を聞いたことがありますか？頭文字の7つの食材を取り入れることで健康的な食生活を送ることができるという合言葉で、「ま」は「豆」、「ご」は「ごま」、

「わ」は「わかめ」、「や」は「野菜」、「さ」は「魚」、「し」は「しいたけ(きのこ類)」

です。「こだいらめざましみそしる」には、「まごわやさしい」の7つの食材が全て入っています。

さて、「まごわやさしい」の「い」は何でしょうか？

① いも ② いか ③ いちご

正解のクラス

全クラス！

もりつけかた

ごまあえ

さばのつけやき

あきのかおり
ごはん

小わん

こだいらめざまし
みそしる

大わん