

4月22日（水）おいしいなつうしん

ぎゅうにゅう
じゃこわかめごはん
だいずいりコロッケ
ゆでキャベツ
みそしる

☆きのうの正解☆ ① こたいらさん小平産である

◎今日のクイズ◎

ぎょう今日のコロッケは、だいず大豆をつか使っています。だいず大豆はやわらかくに煮て、こま細かくき切っているため、だいず大豆が苦手な人も食べやすいと思います。じゃがいもじゃがいもだけでつく作るより、しょくもつせんい食物繊維を多くとることができます。まめ豆をた食べる量はりょう不足しがちなため、ふそくしっかりと食べましょう！

では、クイズです。だいず大豆は「畑の〇〇」と言われています。

「〇〇」とは何でしょうか？

- ① にく ② こめ ③ むぎ

正解のクラス

2の1、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

もりつけかた

