

ま コロナに負けるな！こどもスマイル応援給食 おうえんきゅうしよく



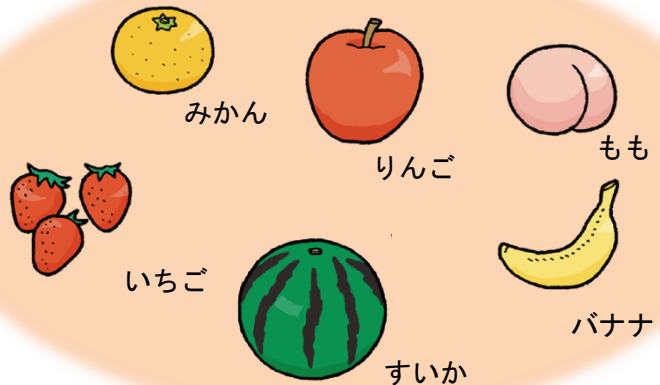
いっしょ からだ
～とこめちゃんと一緒にじょうぶな体をつくろう～



ウイルスと戦う力 = 免疫力をつける食べ物② たたか ちから めんえきりよく た もの

がつ にち か
1月26日(火)

くだもの



はたらき

- ・ビタミンが肌をつるつるにしてくれる。
- ・脳のエネルギーになるブドウ糖をとることができる。
- ・水分が多いので、だ液(つば)をたくさん出してくれる。

クイズのヒント

ぽんかん

みかわ や
ぶい三河みいん焼き

あいち
愛知の
だいこん ば
大根葉ごはん

みそおでん



ぎゅうにゅう
牛乳

