



明日です♪

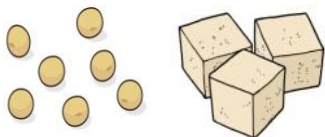
まいつき 毎月19日は「食育の日」 <sup>しょくいく ひ</sup> 「まごわやさしい給食」です。

## 「まごわやさしい」<sup>た もの</sup> 食べ物をさがしてみよう!

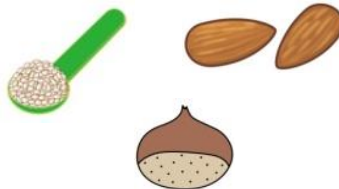
<sup>にほん むかし</sup> 日本で昔から親しまれ、<sup>した</sup> からだによいと<sup>い</sup> 言われてきた<sup>たべもの</sup> 食べ物のことを

「まごわやさしい」<sup>たべもの</sup> 食べ物と呼びます。今日の<sup>きょう</sup> 給食には<sup>きゅうしょく</sup> 全部入っています。<sup>ぜんぶはい</sup>

**まめ**



**ごま** <sup>しゅじつるい</sup> などの種実類



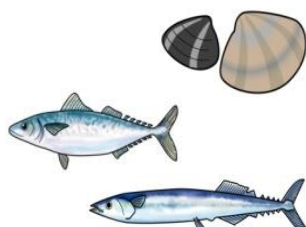
**わかめ** <sup>かいそうるい</sup> などの海藻類



**やさい**



**さかな**



**しいたけ**



**いも** <sup>いも</sup> 類

