

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

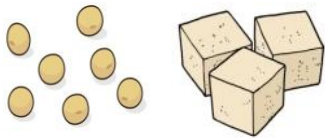


「まごわやさしい」食べ物^{たもの}をさがしてみよう！

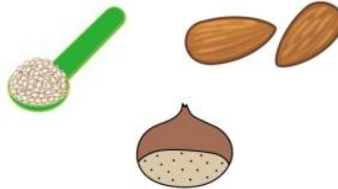
にほん むかし した 日本^{にほん}で昔^{むかし}から親^{した}しまれ、からだによい^いと言われてきた食べ物^{たべもの}のことを

「まごわやさしい」食べ物^{たべもの}と呼びます。今日の給食^{きょう きゅうしょく}には全部^{ぜんぶはい}入っています。

まめ



ごま などの種実類



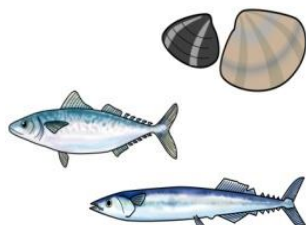
わかめ などの海藻類



やさい



さかな



しいたけ



いも 類

