

きゅうしょくつうしん



【1月22日（月）のこんだて】

★ひじきご飯 はん

★牛乳 ぎゅうにゅう

★じゃがいももち

★かぼちゃのみそ汁 しる

あさ 朝はエアコンが入らず、さむ 寒かったですね。きょうしつ 教室

あたた は暖かくなりましたか？きゅうしょくのあたた 温かい

「おみそ汁しる」をのんで、からだ 体をあたた 温めましょう。ごは

た んを食べると、た 食もの べ物をえいよう 栄養にか 変えるために、からだ 体

なか の中がうご 動いてねつ 熱をだし、からだ 体があたた 温まります♪