

～きゅうしょくしつだより～

# はらぺこ

<sup>ねんせい</sup>1年生のみなさん、<sup>にゅうがく</sup>ご入学おめでとう  
ございます。<sup>ねんせい</sup>きょうから1年生もそろっ  
<sup>きゅうしょく</sup>ての給食です。

きょうの献立は「<sup>こんだて</sup>牛乳・<sup>ぎゅうにゅう</sup>きなこあげパ  
<sup>はる</sup>ン・<sup>はる</sup>春キャベツのポトフ・いちご」です。

<sup>にんき</sup>人気のあげパンと、みずみずしく、やわ  
らかい<sup>はる</sup>春キャベツ<sup>い</sup>入りのポトフ<sup>つく</sup>を作いま  
した。キャベツには、<sup>い</sup>胃の<sup>ちょうし</sup>調子を<sup>ととの</sup>整えて  
くれるビタミン<sup>ユー</sup>Uが<sup>ふく</sup>含まれています。

カロチンやビタミン<sup>シー</sup>Cは免疫<sup>めんえき</sup>力を<sup>たか</sup>高め、  
がん<sup>よぼう</sup>予防<sup>よぼう</sup>やかぜ<sup>こうか</sup>の<sup>よぼう</sup>予防<sup>こうか</sup>に効果<sup>こうか</sup>があいま  
す。また、お肌<sup>はだ</sup>を<sup>うつく</sup>美しくする<sup>こうか</sup>効果<sup>こうか</sup>もあ  
います。