

～きゅうしょくしつだより～

# はらぺこ

きょうの献立は「<sup>こんだて</sup>牛乳・<sup>ぎゅうにゅう</sup>ポークビーンズカレ

ー・<sup>れいとう</sup>わかめサラダ・冷凍みかん」です。

きょうのカレーは大豆入り。「<sup>だいず</sup>畑の肉」と呼

ばれる大豆には、<sup>にく</sup>肉と同じくらいのたんぱ

く質が含まれています。たんぱく質は、

<sup>にんげん</sup>人間の筋肉や<sup>きんにく</sup>内臓などを<sup>ないぞう</sup>作っている成分

で、<sup>い</sup>生きていく上で<sup>うえ</sup>欠かせない<sup>か</sup>栄養素です。

<sup>のこ</sup>残さず<sup>た</sup>しっかり<sup>ねんせい</sup>食べ、<sup>れんごうすいえい</sup>6年生は<sup>れんごうすいえい</sup>連合水泳

<sup>きろくかい</sup>記録会、<sup>ちから</sup>力いっぱい<sup>がんば</sup>頑張ってください☆