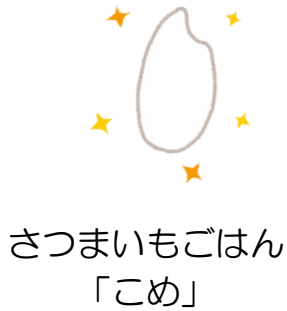




きょう 今日、^{かん}「こめ、きゅうり、みかん缶」が
かながわけんさんひん 神奈川県産品です。



さつまいもごはん
「こめ」



みかんいりサラダ
「みかん缶」



みかんいりサラダ
「きゅうり」

きゅうりは、^{しょうなんちく}湘南地区でつくられました！
みかんは、^{かながわけんない}神奈川県内の^{さまざま}様々な地域で作られ、
^{おも}主に^{おだわら}小田原・^{いせはら}伊勢原・^{みうら}三浦などで栽培されています。
サラダとみかんの^{あます}甘酸っぱさがあって、
さっぱりと^た食べられます！
^{じもと}地元の^{しょくざい}食材に^{かんしゃ}感謝して^た食べましょう♪



きゅうしょく

給食クイズ

<みかんについて>

みかんにおおくはい多く入っているえいようそ栄養素は、

なんでしょうか？



- ①ビタミンA
- ②ビタミンC
- ③ビタミンD

ビタミンCは^{からだ}体の^{めんえききのう}免疫機能を^{たか}高めるので、
^{かぜ}風邪やインフルエンザの^{よぼう}予防に
ピッタリです♪1日^{にち}2-3個が^こ目安量です。
しっかり^た食べて、^{さむ}寒い^{ふゆ}冬に^{そな}備えましょう！

こたえ：②ビタミンC



かなふう