

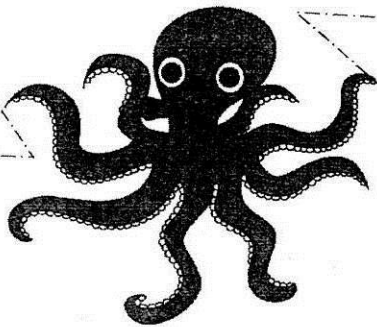
9月6日(火)

たこ

からだ 体をつくる赤のグループの食べ物です。

たくさん含まれています。

体をしなやかに保つ



います。

よくするダウンがたくさん含まれて

血管の病気を防ぎ、目の働きを

きょうのこんだて

たこのやわらかに
みそしる
やさしいため
ごはん
ぎゅうにゅう

あ	(おもにからだをつくる)
か	ぎゅうにゅう・たこ・うすあげ あかみそ・しろみそ・だしこんぶ けずりぶし・ぶたにく
き	(おもにねつやちからのもとになる)
	ごはん・さとう・サラダあぶら
み	(おもにからだのちょうしをととのえる)
ど	かぼちゃ・たまねぎ・にんじん・
り	しろねぎ・キャベツ・ピーマン

クイズ3 たこは何色のグループの食べ物でしょう？

① き

② あか

③ みどり



一口メモ

★昨日の食育通信の産地調べでも触れていますが、秋以降の私たちの食生活は、今日の産地調べからもわかるように、北海道から届く食材に支えられています。しかし、今年は台風の影響が北海道に集中し、農作物への影響がでているようです。私たちは自然の力に影響されて生きています。こうして食べられるのもたくさんの人の努力があってこそです。あらためて感謝していただきたいと思います。



たこ	モーリタニア	たまねぎ	北海道	白ねぎ	北海道
かぼちゃ	北海道	にんじん	北海道	ピーマン	北海道

ごみの分別 □普通ごみ…牛乳キャップ □今日のプラごみ…牛乳フード

クイズの答え: ②