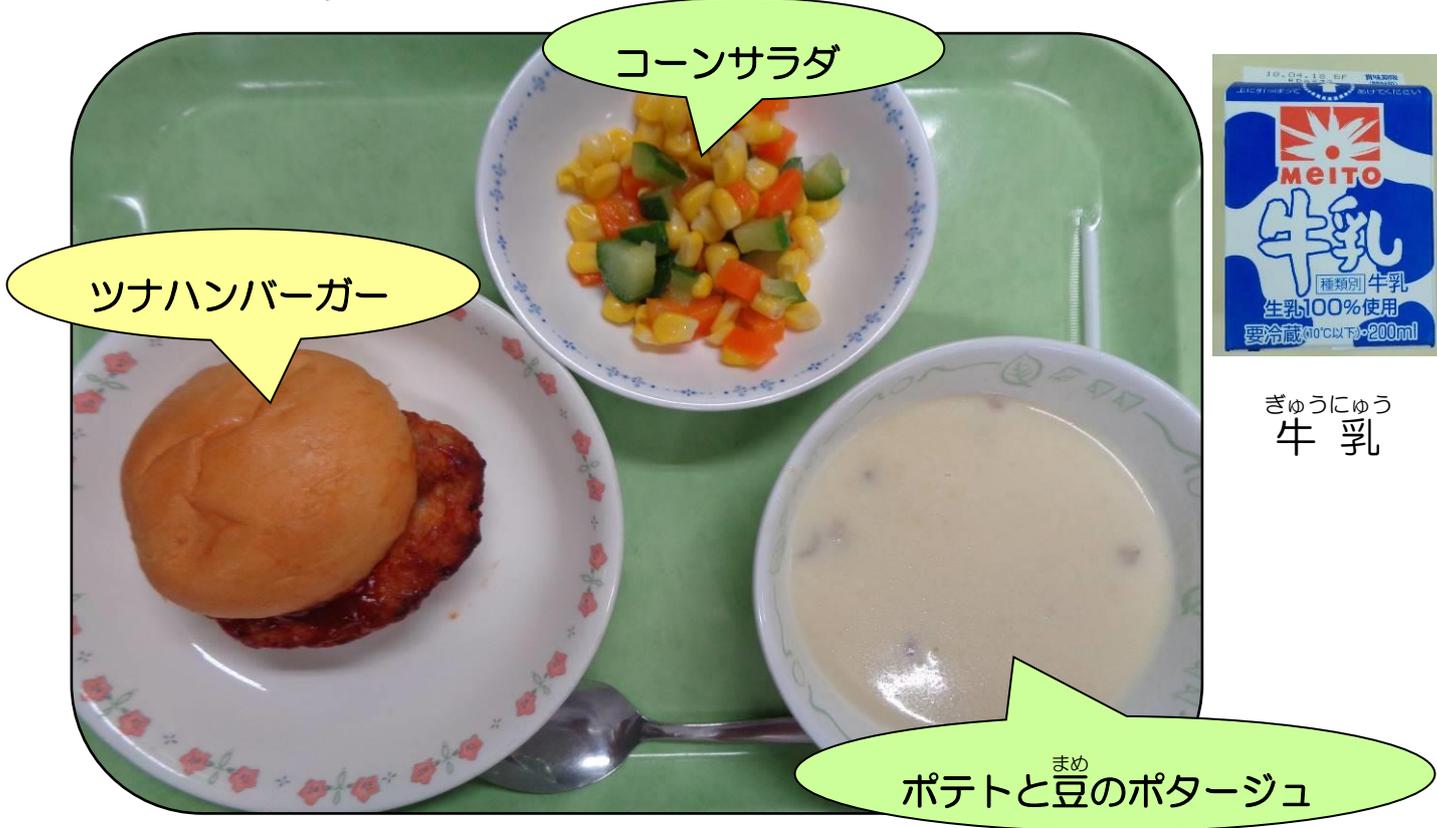


きゅうしょくしつからのお知らせ

れいわ ねん  
令和6年

5月13日(月)

# きょうのもりつけ



ち  
よ  
っ  
と  
メ  
モ

きょう はなし  
今日は“ツナ”のお話です。ツナはまぐろやかつおから  
つく かこうひん おも かんづめ う  
作られる加工品です。主に缶詰などで売られています。そ  
てがる つか しょくひん にんき  
のまま手軽に使える食品としても人気があります。また、  
りょうり りょう べんり しょくざい  
いろいろな料理にも利用でき、とても便利な食材です。  
えいようめん じつ からだ  
栄養面ではたんぱく質がたくさんふくまれ、体をつくる  
あか しょくひん きょう とり  
もとになる赤のグループの食品です。今日は、ツナと鶏ひ  
にく つく まる  
き肉で作ったハンバーグを丸パンにはさんだ“ツナハンバ  
ーガー”にしました。たんぱく質は強い体作りには欠かせ  
えいようそ た  
ない栄養素ですから、しっかりと食べましょう！

きょう じ ば のうさんぶつ なごみ  
今日の地場農産物 和ファームよりキャベツです。