

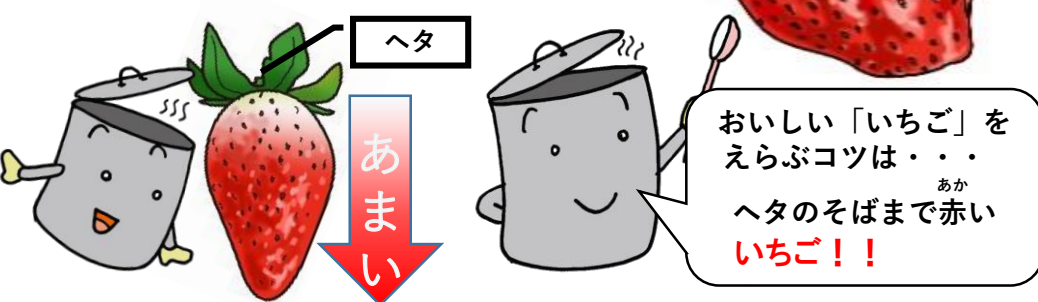


きゅうしょく がつ

わくわく給食12月は いちご

じゅく かた
いちごの熟し方は？

いちごは先っぽの方から熟していくので、
ヘタよりも、先っぽの方が甘く感じます。



えいようせいぶん
いちごの栄養成分は？

- いちごはビタミンCが豊富です。
- ビタミンCの量はみかんやグレープフルーツの約2倍です。(100gあたり)
- ビタミンCは風邪などを予防する働きがあります。



<p>どういえば・・・つぶつぶしたのついでますね。何たる？</p> <p>いちごにつぶつぶがあるのは知ってるよね？</p>	<p>何の名前かわかるかな？</p> <p>あきひめ</p> <p>べにほべ</p> <p>まきらびか</p>
<p>いちごって種がたくさんなんだ〜！</p> <p>入ってるのは200個</p> <p>つぶは1個</p> <p>中は1個</p> <p>中は1個</p> <p>中は1個</p>	<p>GO! GO!! しゃかんくん</p> <p>いちご</p> <p>はん</p> <p>糸編</p>
<p>わかりました。おいしいいちごのデザートを作るね。</p> <p>いちごを</p> <p>わくわく</p> <p>栄養士さん</p> <p>給食に</p> <p>使った</p>	<p>静岡は</p> <p>いちごが</p> <p>たくさん</p> <p>とれるんだよ!</p> <p>大好き</p> <p>いちご</p> <p>おいしく</p> <p>甘くて</p>
<p>わくわく給食</p> <p>静岡県産</p> <p>お米といちごのパパロア</p> <p>実際のパッケージとは異なることもあります。</p>	<p>いちごはね、ヘタの方より先っぽの方が甘いんだよ。</p> <p>いちご</p> <p>あまのらへ</p>



1 みんなで楽しく食べよう	2 朝ごはんを食べよう	3 バランスよく食べよう	4 太りすぎないやせすぎない	5 よくかんで食べよう	6 手を洗おう	7 野菜をたべよう	8 食べ残しをなくそう	9 産地を応援しよう	10 食べ物の種類をよぼう	11 和食文化を伝えよう	12 食育を推進しよう
---------------	-------------	--------------	----------------	-------------	---------	-----------	-------------	------------	---------------	--------------	-------------

まんが：ケンジントン
発行：学校給食課

