



7月もいつけひょう



さんけつめくひょう

あつさにまけずしっかりたべよう



月	火	水	木	金
2日 はるさめサラダ ごはん えびと とうふの チリソース	3日 キャラメル アーモンド ポテト コーン サラダ ツナとトマトの スパゲッティ	4日 ごまあえ さわらの さいきょうゆき ごはん けんちんじる	5日 こんにやく サラダ じゃがいもの ミートソース あえ くらパン	6日 れいとうみかん (てまきずし) きゅうり ぶたにくのあまからに たまごやま すめし たなはたじる なつとう
9日 ちゅうかサラダ ごはん しせん とうふ	10日 とうもろこしの かわむぎ(2年生) 1. 2年 1コ 3年から2コ とうもろこし ししゃも フライ かんどんめん ちゅう かめん	11日 ひじきと えだまめのサラダ ごはん にくじゃが	12日 はっぴー ばーすでー HAPPY BIRTHDAY きゅうしょく	13日 おきなわけんの きょうどりようり ナッツと なつやさいの からあげ ジューシー もずく スープ
16日 うみのひ 	17日 おひたし ホキの ピーナッツ みそかけ えだまめごはん	18日 かわちばんかん かいそうサラダ (ごはん) なつやさい カレー		

たべものクイズ

しゅんぎく	オクラ	たけのこ	ほうれんそ	しいたけ
えだまめ	しょうが	さやいんばん	モロヘイヤ	ししとう
ざつまいも	とうもろこし	キャベツ	ブロッコリー	れんこん
みずな	みょうが	こまつな	きゅうり	なす
もやし	しそ	はくさい	にんじん	だいこん
かぶ	ピーナツ	ねぎ	かぼちゃ	トマト

Q1 キュウリは、みじゆく(未熟)なみどりいろのみをとってたべますが、かんじゆく(完熟)すると、なにいろになるでしょう?

- ① あかいろ ② きいろ ③ ももいろ



Q2 ピーマンのはなのいろはなにいろ?

- ① みどり ② あか ③ しろ

Q3 とうもろこしは、つぎのうちどこのぶぶんをたべているのかな?

- ① たね ② み(実) ③ ね(根)

Q4 かぼちゃの「しゅん」はいつ?

- ① なつ ② はる ③ ふゆ



Q5 トマトのあかいろのもとになっているしきそ(色素)はなんでしょう?

- ① カテキン ② リコピン ③ アントシアニン

Q6 ひだりのえで、なつがしゅんのやさいにいろをぬったらでてくるひらがなはなにかな?

ヒント: 「Oいよう」のひかりをたくさんあびたなつやさいをたべよう!



こたえ Q1=② Q2=③ Q3=①
 Q4=① Q5=② Q6=だ