

まだまだ蒸^むし暑^{あつ}い日^ひが続^{つづ}きますが、今^き日^{ょう}から

給^{きゅうしょく}食^{はじ}が始^{はじ}まります。カ^こレ^{うしんりょう}ー^{うしんりょう}ラ^{うしんりょう}イス^{うしんりょう}の香^{こう}辛^{しん}料^{りょう}に

は、胃^い腸^{ちょう}の調^{ちょう}子^しをととのえ、食^{しょく}欲^{よく}増^{ぞう}進^{しん}などの

効^{こう}果^かがあ^あい^いま^ます。ま^また、豚^{ぶた}肉^{にく}には疲^ひ労^{ろう}回^{かい}復^{ふく}に

効^{こう}果^かがあ^あるビ^{ほう}タ^ふミ^{ふく}ン^{ふく} B^{ふく}1^{ふく} が豊^{ほう}富^ふに含^{ふく}ま^{ふく}れ^{ふく}て

い^いま^ます。た^たく^たさ^さん食^たべ^べて元^{げん}氣^きに学^が校^{こう}生^{せい}活^{かつ}を

す
過^すご^ごし^しま^まし^しょう^{しょう}！



カレーライス、トマトとわかめのサラダ、^{くだもの れいとう}果物(冷凍みかん)