

きゅうしょく  
給食のキーマカレーには、レンズ豆が入っています

まめ  
す。レンズ豆は、レンズの形に似た丸くて平たい

かたち  
形よをしていて、ヒラマメとも呼ばれています。

まめるい  
豆類には、からだをつくるたんぱく質や、お腹の中

をきれいにしてくれる食物繊維などの栄養素が

ほうふ ふく  
豊富に含まれています。食感しょっかんもあるので、

か た  
しっかり噛んで食べましょう！





やさい あまずづ くだもの かんぺい  
キーマカレー、野菜の甘酢漬け、果物(甘平)