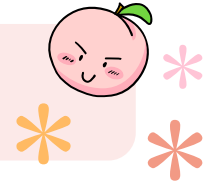


## 食べ物クイズ (小)



みなさん、こんにちは。今日は、食べ物クイズにようせんです。  
今日の給食に使われている食べ物をあててみましょう。

ヒント1。約2500年前の古代ギリシャ時代から食べられていたと言われるほど古くからある野菜で、きれいなうすい黄緑色をしています。

ヒント2。愛知県では、今の時期に全国で一番多く作られ、出荷しています。

ヒント3。葉の部分を食べる野菜で、葉が何枚にも重なって丸い形をしています。

何かわかりましたか？答えは、「キャベツ」です。今の時期においしい「冬キャベツ」は、葉はかたく、巻きが強く、煮こむとあまみがまし、煮くずれしにくいです。今月の給食には、愛知県でとれた冬キャベツを使った料理がいくつかあります。

今日の「切り干し大根の具だくさんスープ」にもキャベツが使われています。キャベツには、腸をそうじする食物せんいや、かぜを予防するビタミンCが多く含まれています。しっかり食べて体のなかから温まり、かぜに負けない丈夫な体をつくりましょう。