

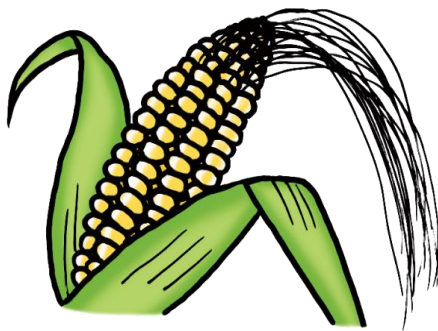
「とうもろこし」

今日の献立は、

『ごはん・もろこしごはんのぐ・ぎゅうにゅう・星形ハンバーグ・
セタ汁・セタゼリー』です。

これからおいしくなるの「とうもろこし」。とうもろこしは、小麦・米とならぶ世界3大穀物の一つですが、いつも食べている「スイートコーン」は、「とうもろこし」の若い実を野菜として食べています。「とうもろこし」にはビタミンB群が多く、夏バテに効果があります。また、食物繊維が多いので、おなかの調子を整えて病気と闘う力“免疫力”を高める働きがあります。

明日はセタ。今日はセタ献立です。星形ハンバーグ・星形ゼリー&『もろこしごはんのぐ』をごはんにかけて、明日の夜に見えるだろう天の川や美しい星空を想像していただきましょう。



さき け
先の毛はめしべで
す。よく見ると1つ
1つのつぶの先まで
の
伸びています。

ひげはめしべで
あるため、ひげの
ほんすう み かず
本数と実の数は
おな
同じになります。

