

五中三二給食通信

令和6年 6月 17日 NO.45

今日の給食は「肉じゃが」ですがいつもの肉じゃがと違って夏野菜の「トマト」がたっぷり入った「トマト肉じゃが」です。今日は「トマト」についてクイズです。イタリアのことわざで「トマトが赤くなると医者が青くなる」ということわざがありますが、さてそれはどういう意味でしょうか？

- ① お医者さんにはトマトが苦手な人が多い
- ② トマトを食べると病院に来る人が減ってしまう
- ③ トマトが育つ時期になるとお医者さんが風邪を引く



正解：②トマトを食べると病院に来る人が減ってしまう です

栄養たっぷりのトマトはからだを元気にし、夏バテ予防に効果があります。暑い日が続き食欲が落ちやすい時期ですが、しっかり食べて元気に過ごしましょう♪

トマト嫌いの人、
ちょっとまっど（待って）
一口は食べてみよう(´ω`)ノ



参考に盛り付けてね♪

《今日の献立》

ごはん

トマト肉じゃが

野菜のちりめん和え

牛乳



赤の食べもの	黄色の食べもの	緑の食べもの
血や肉になるもの	熱や力のもと	体の調子を整えるもの
牛乳 豚小間肉 かつお節 ちりめんじゃこ	米 じゃがいも 三温糖 油 ごま油	にんじん 玉葱 トマト さやいんげん キャベツ もやし