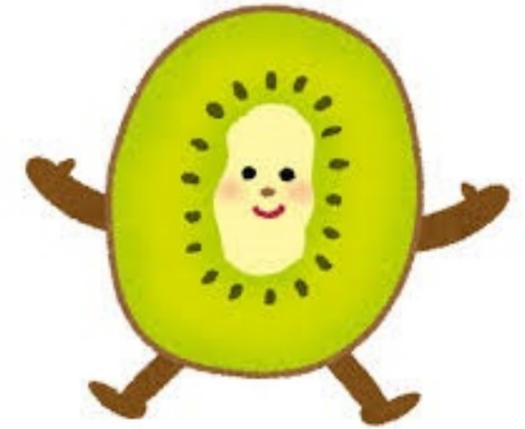
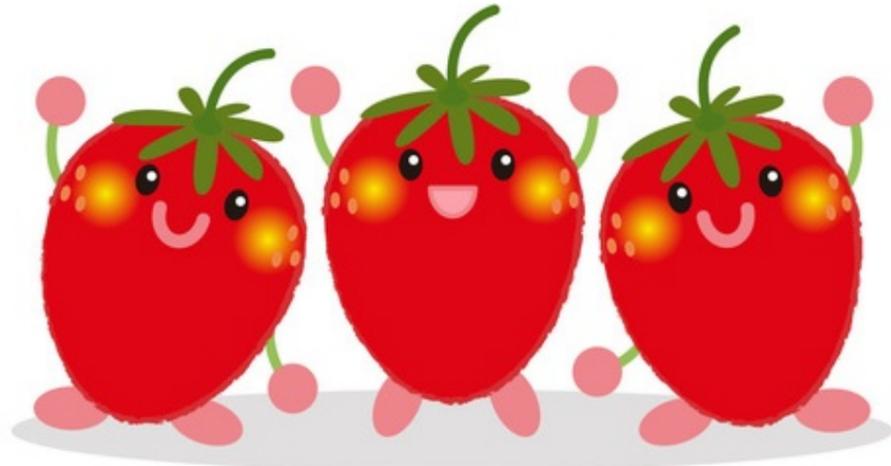


きゅうしょくはかせ えら
給食博士が選ぶ！

しー おお くだもの
ビタミンCの多い果物ベスト3！！



はる しゅん
春が旬だよ！
いちご

あき しゅん
秋が旬だよ！
かき
柿

ふゆ しゅん
冬が旬だよ！
キウイフルーツ

ビタミンCは、目の病気を予防したり、鉄分の吸収を良くしたり、
ケガを早く治したり、お肌を健康にしたり、と、たくさんの働きをしてく
れています。旬の果物を上手に使って、ビタミンCをとりましょう。