



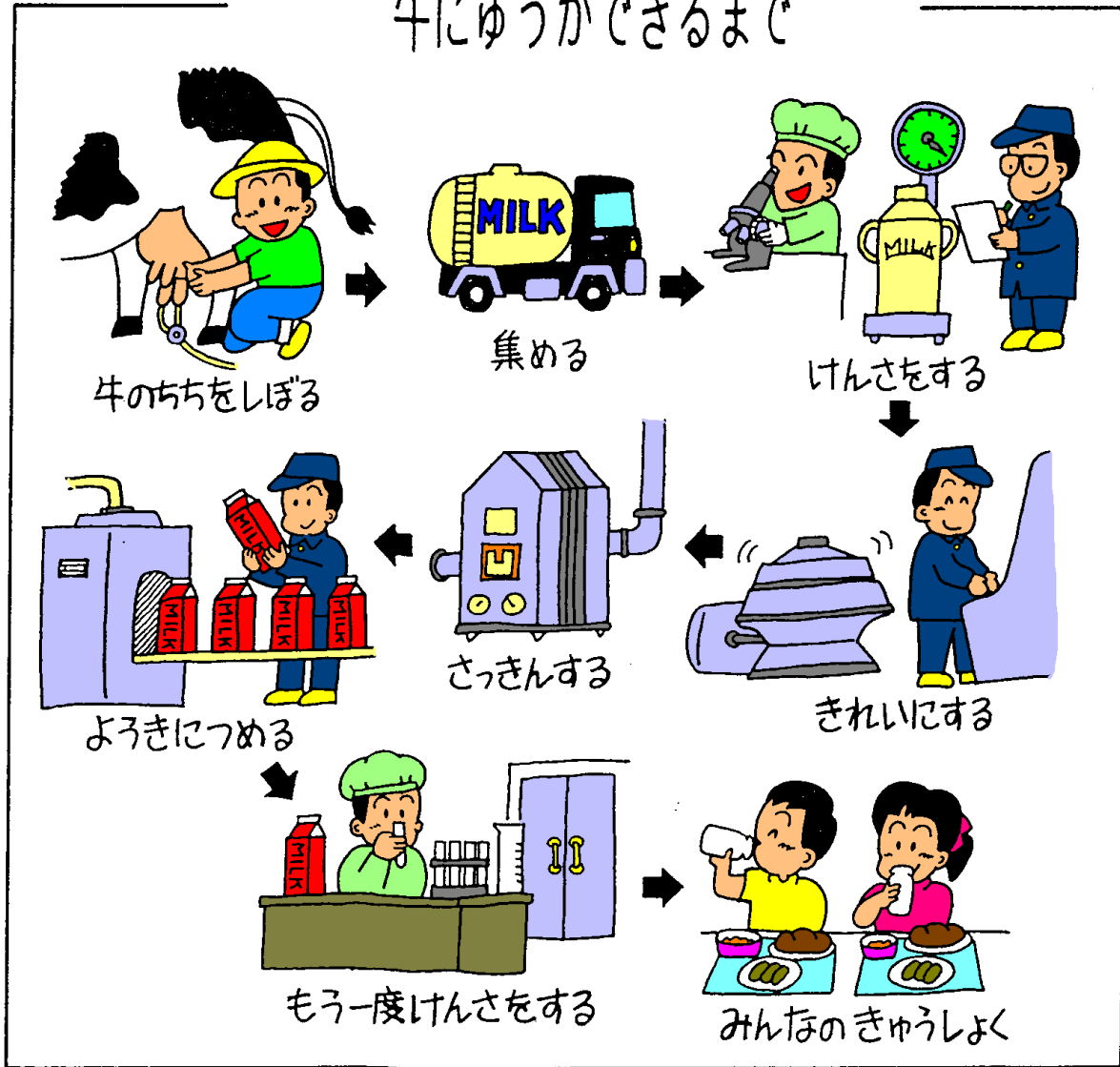
いただきます

6月 牛にゅうとそのなかまについて考えよう



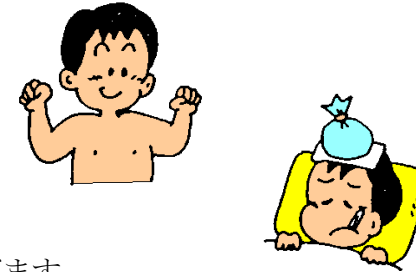
牛にゅうには、わたしたち育ちざかりのからだに、とても大切なえいようが
たくさんバランスよく入っています。

牛にゅうができるまで



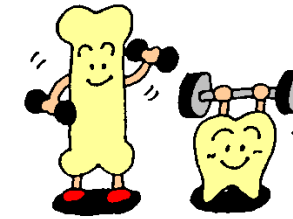
牛にゅうのおもなえいようは・・・

たんぱくしつ
血や肉になります。



ビタミン
病気になるのをふせぎます。

カルシウム
ほねや歯をつくります。

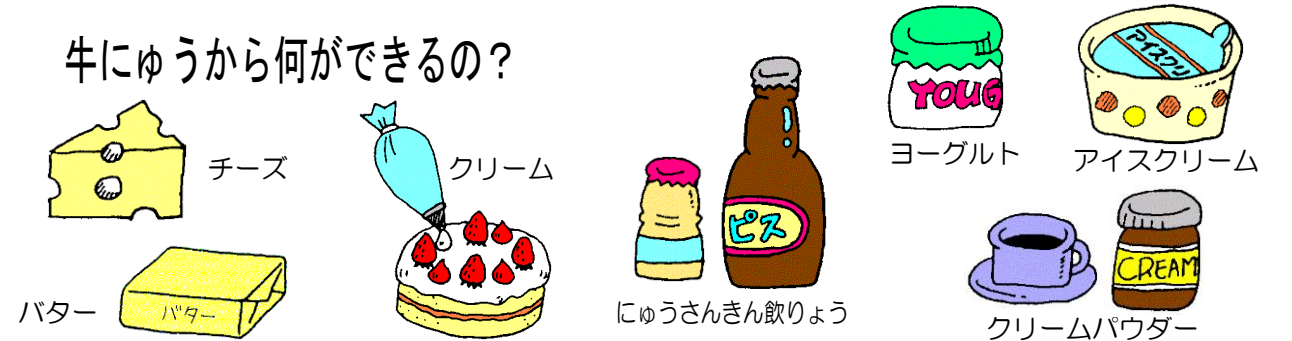


カルシウムは大切なえいようそですが、ふそくしがちです。

1日に牛にゅうを2本飲みましょう。

学校のきゅう食で1本飲んで、家でもう1本飲みましょう。

牛にゅうから何ができるの？



三色食品ぐんを知ろう (赤色)



牛にゅう



プリン



ヨーグルト