



ゆうやけゼリーは、2つの食材しょくざいを使って、ゆうやけのきれいなオレンジ色いろ ひょうげんを表現しています。1つはオレンジジュースです。では、もう1つは何だなんとおもおもいますか?…正解せいがいは、ミキサーでペーストしょう状にしたにんじんです!

りょうり うし 料理の後ろうしのマークは、その料理がりょうり体からだの中なかで主おもにどんな働はたらきをするかあらわを表しています。



ゆうやけゼリー*★○ ぎゅうにゅう 牛乳○
 クリームスパゲティ さんしょく 三色サラダ
 ★○* *

エネルギーになる…★
 きんにく ほね 筋肉や骨をつくるもとになる…○
 からだ ちょうし ととの 体の調子を整える…*