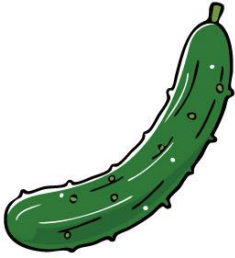


献立ひとくちメモ

7月10日(水)



給食委員クイズ (3年2組より)

問題

低カロリーで有名なきゅうりですが、きゅうり1本は何キロカロリーでしょうか？ (1本あたり約100g)

- ① 約10キロカロリー
- ② 約50キロカロリー
- ③ 約100キロカロリー

答え ※ごちそうさまのときに発表！メモしてね。

正解は、①約10キロカロリーです。

私たちに必要な1日のエネルギーは、2500～3000キロカロリーなので、きゅうりのカロリーがとっても低いことがわかります。

ちなみに、きゅうりはこの世に存在する果実の中で最もカロリーが低く、ギネスワールドレコーズに記録されています。