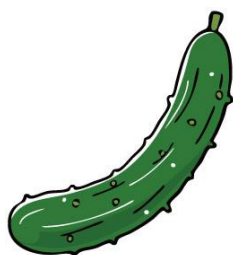


献立ひとくちメモ

7月10日(木)



給食委員会の生徒会月間の活動は、
食育クイズを実施することです。いただきますの前に問題を出すので、食事をしながら考えてみてください。答えはごちそうさまの時に発表します。

今日のクイズ担当は1年3組です。

問題

「きゅうり」はあることでギネスに登録されました。
その「あること」とは次のうちどれでしょうか。

- ①最も栄養がない野菜
- ②もっとも水分が多い野菜
- ③最もカロリーが低い野菜

答え

※ごちそうさまのときに発表！メモしてね。

正解は、③最もカロリーが低い野菜（果物）です。カロリーは低いですが、ビタミン・ミネラル・食物繊維などが豊富に含まれていて、栄養はちゃんとあります。