

# いただきます！見沼

しゅん

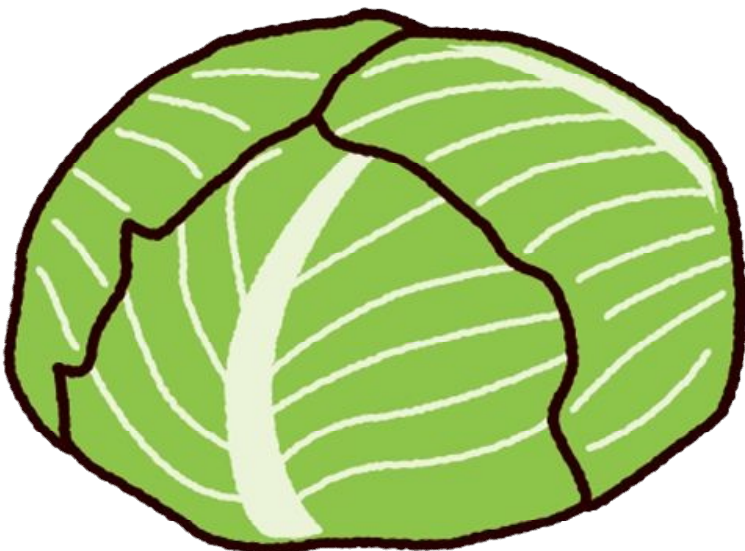
旬のたべもの



がつ

## 4月 キャベツ

キャベツは一年中お店にならんでいますが、春キャベツと冬キャベツがあります。3～5月に<sup>がつ</sup>出回るものは「春キャベツ」、11～3月に<sup>でまわ</sup>出回るものは「冬キャベツ」と呼ばれています。



キャベツには、ビタミンCが  
たくさん<sup>しー</sup>ふくまれています。  
ビタミンCは<sup>しー</sup>かぜを<sup>よほう</sup>予防する  
はたらきがあり、<sup>びょうき</sup>病氣から  
<sup>からだ</sup>体を<sup>まも</sup>守ってくれます。

きゅうしょく

給食でも、スープやサラダなどにキャベツが<sup>はい</sup>入っ

ています！<sup>のこ</sup>残さず<sup>た</sup>食べて、<sup>げんき</sup>元気な<sup>からだ</sup>体<sup>つく</sup>を作しましょう！

