

もんだい

問題 267 【解答】

かいとう

<令和8年6月26日(金)>



きゅうしょく ていきょう けんこうてき しょくせいかつ おく
給食で提供される「まごわやさしいサラダ」は、健康的な食生活を送る7つの
きほんしょくざい かしらもじ あいことば はい ことば
基本食材の頭文字を合わせた合言葉ですが、 に入る言葉は？

こた やさい
答え ③野菜



かいせつ
【解説】

やさい た
野菜を食べることは、ビタミン、ミネラル、食物繊維を補給し、腸内環境を整え、生活習慣病や肥満を予防するためにとっても必要なことです。

ま(め)…豆・豆製品
ご(ま)…ゴマ・ナッツ類
わ(かめ)…海藻類
や(さい)…野菜
さ(かな)…魚介類
し(いたけ)…キノコ類
い(も)…イモ類