

9月たべものカレンダー

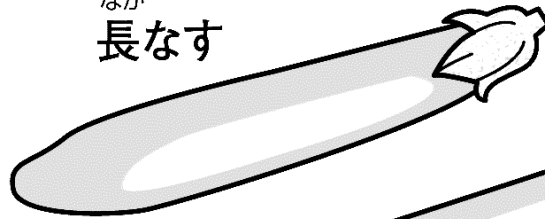
No. 397

なす

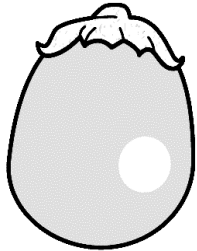


こまる
小丸なす

なが
長なす



たまごがた
卵形なす



まる
丸なす



おおなが
大長なす

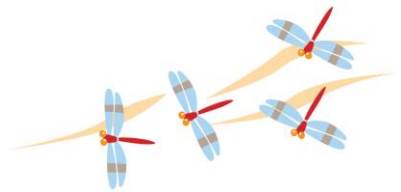


べい
米なす

☆ ^{なつ}夏に美味しいやさいです。

☆ いろいろなしゅるいがあります。

☆ ^{からだ}体をひやすはたらきがあります。



なすを美味しくたべるには...



なす



あぶら

は

と

なかがよいので、
いためたり、あげたりすると
おいしくたべられます。

9月

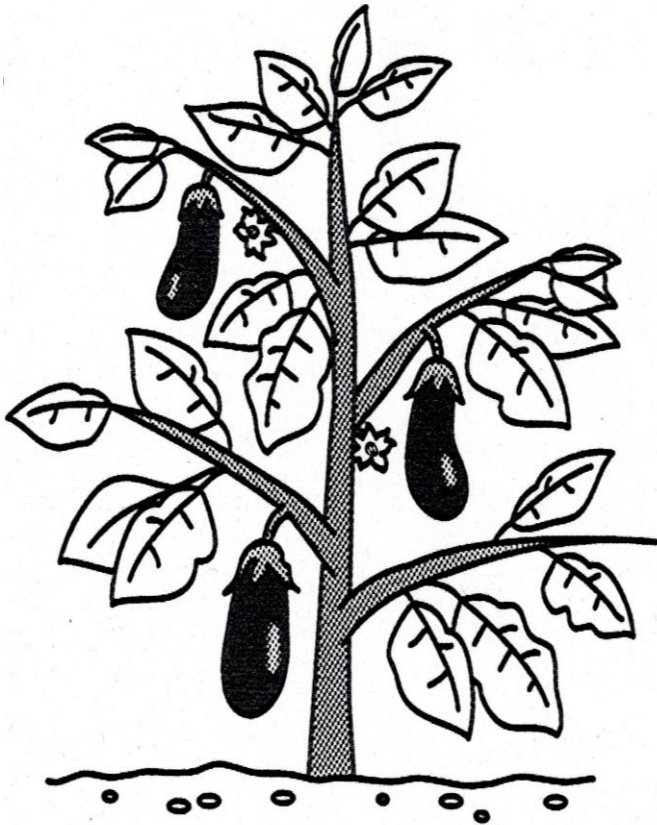
日	月	火	水	木	金	土
					1	2
③	4	5	6	7	8	9
⑩	11	12	13	14	15	16
⑰	⑱	19	20	21	22	⑳
㉒	25	26	27	28	29	30

低学年用

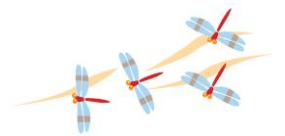
9月たべものカレンダー

No.397

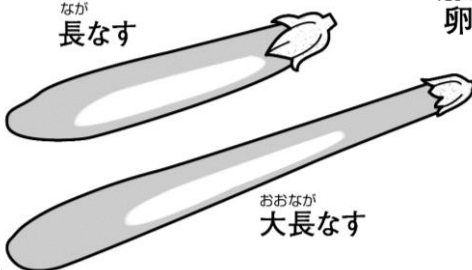
なす



- ☆ 夏が旬^{しゅん}の野菜^{やさい}です。
- ☆ 水分が多く、体を冷やす^ひはたらきがあります。
- ☆ 油でいためたり、あげたりすると、おいしく食べられます。
- ☆ 知多半島でも多く作られています。



いろいろな^{しゅるい}種類のなす



9月

日	月	火	水	木	金	土
					1	2
③	4	5	6	7	8	9
⑩	11	12	13	14	15	16
⑰	⑱	19	20	21	22	⑳
㉒	25	26	27	28	29	30

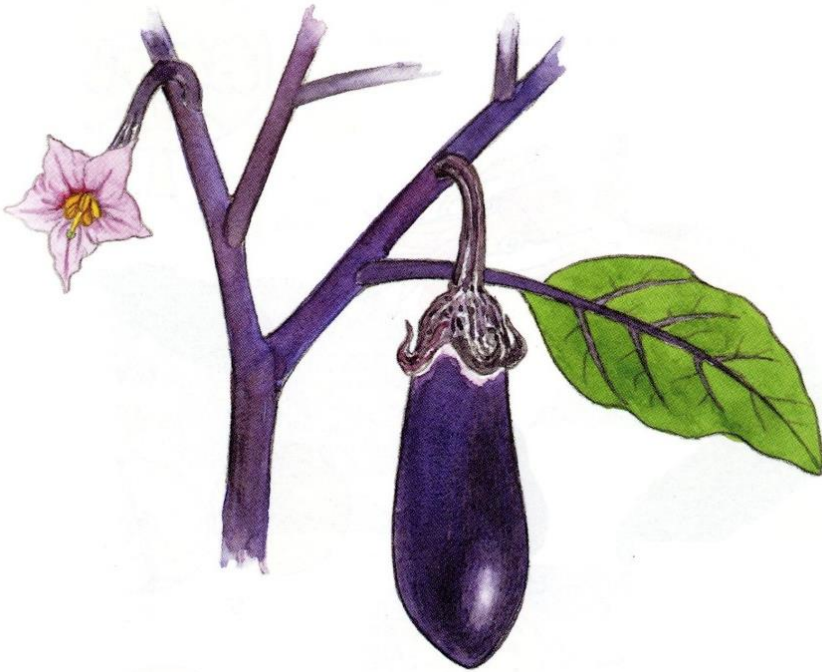
高学年用

9月たべもののカレンダー

No.397

なす(茄子)

英語名: Eggplant (たまご植物)

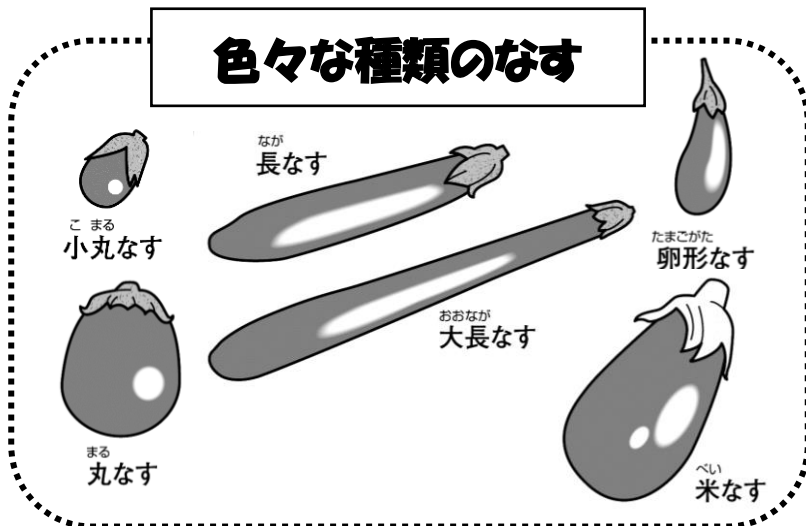


- ☆ 夏が旬^{しゅん}の野菜です。
- ☆ インドが原産国で、中国から伝わりました。
- ☆ 水分が多く、体を冷やすはたらきがあります。

☆ なすの紫色の色素(アントシアニン)には、血液の流れをよくしたり、体の疲れをとったりするはたらきがあります。

☆ 油を使って調理すると、色鮮やか^{いろあざ}においしく仕上がります。

9月



日	月	火	水	木	金	土
					1	2
③	4	5	6	7	8	9
⑩	11	12	13	14	15	16
⑬	⑮	19	20	21	22	⑳
㉑	25	26	27	28	29	30

中学校用