

予想と結果はあったかな？

たくさん入っていると思っていた野菜や果物が実は少ないこともあるよね。

ビタミンCは体の中では作ることができないので野菜や果物をとることが大切だよ。

おうちでもビタミンCがたくさん入っている野菜や果物を探してみよう！



【調べてみよう！】

→ 調べる ものの名前						
予想						
結果						

※ビタミンCの量は収穫された場所や季節、種類によって個体差があります

【メモ】