



「香味焼き」とは食材に香りを移しながら焼く

和食の調理用語です。今日の給食では豚肉を

八丁みそやんにんにく、ごま、調味料などに漬け込

んでオーブンで焼きました。みなさん、食べてみてくださね。

料理の後ろのマークは、その料理が体の中で主

にどんな働きをするかを表しています。

エネルギーになる…★

筋肉や骨をつくるもとになる…○

体の調子を整える…*



くだもの*

ぎゅうにゅう
牛乳○

ぶたにく こうみや
豚肉の香味焼き○

やさい
ボイル野菜*

ごはん★

こじる
呉汁○*