



今日のトマトスープには牛肉と鶏肉で作った肉  
 だんごが入っています。牛肉だけではなく鶏肉も  
 一緒に使うことによって、柔らかい肉だんごがで  
 きあがります。みなさん、食べてみてくださいね。

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…\*



ぎゅうにゅう  
牛乳○

ブルーベリーソースゼリー○\*

こ  
粉ふきいも★

トマトスープ○\*

ガーリックトースト★