給食ひとくちメモ　5月20日(木)

魚の切身は、魚屋さんが丸ごと１尾の状態から丁寧にさばいてくれたものです。細かい骨も抜いてくださっています。給食はたくさんの人の力で出来ています。感謝をして食べましょう。

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…＊

きゃべつの即席漬け＊　牛乳○

鯖の塩焼き○

大豆ひじきごはん★○＊　みそ汁★○