



きょう ざつせつ にゅうばい うめ み きいろ
今日は雑節のひとつ「入梅」です。梅の実が黄色

いろ つゆ はい ころ しめ きょう
く色づき、梅雨に入る頃を示しています。今日の

きゅうしよく にゅうばい うめほ た
給食では入梅にちなんで梅干しを炊きこんだ

うめ つく た
梅じゃごはんを作りました。みなさん、食べて
みてくださいね。

りょうり うし りょうり からだ なか おも
料理の後ろのマークは、その料理が体の中で主

はたら あらわ
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…★

きんにく ほね
筋肉や骨をつくるもとになる…○

からだ ちょうし ととの
体の調子を整える…*



ごまミルクプリン★○

ぎゅうにゅう
牛乳○

あだ とうふ
揚げ出し豆腐○*

うめ
梅じゃごはん★○*

やさしいる
野菜汁○*