



タコライス<sup>りょうり</sup>はメキシコ料理の「タコス」の具材<sup>ぐざい</sup>を  
 ごはん<sup>の</sup>に乗せた沖縄県発祥<sup>おきなわけんはっしょう</sup>の料理<sup>りょうり</sup>です。また今日<sup>きょう</sup>  
 の給食<sup>きゅうしょく</sup>で使用<sup>しよう</sup>しているトマトの一部<sup>いちぶ</sup>は3年7組<sup>ねん くみ</sup>  
 のみなさんからいただきました。感謝<sup>かんしゃ</sup>しながらい  
 ただきましょう。

料理<sup>りょうり</sup>の後ろ<sup>うし</sup>のマークは、その料理<sup>りょうり</sup>が体<sup>からだ</sup>の中<sup>なか</sup>で主<sup>おも</sup>  
 にどんな働き<sup>はたら</sup>をするかを表<sup>あらわ</sup>しています。

- エネルギーになる…★
- 筋肉<sup>きんにく</sup>や骨<sup>ほね</sup>をつくるもとになる…○
- 体<sup>からだ</sup>の調子<sup>ちょうし</sup>を整<sup>ととの</sup>える…\*



- ぎゅうにゅう  
牛乳 ○
- フルーツヨーグルト ○\*
- タコライス ★○\*
- きのこスープ \*