



「ハニー」とは蜂蜜はちみつのことで、日本にほんでは平安時代へいあんじだいから食べられてきました。今日の給食きゅうしょくではドレッシングしゅうしやうに使用しています。油あぶらで揚げたポテトをトッピングたしていますので、よく混ぜて食べてくださいね。

料理りょうりの後ろうしのマークは、その料理が体からだの中で主なかにどんな働きはたらをするかを表あらわしています。

エネルギーになる…★

筋肉きんにくや骨ほねをつくるもとになる…○

体からだの調子ちやうしを整ととのえる…\*



ぎゅうにゅう  
牛乳○

じゃがいものハニーサラダ★\*

ABC スープ○\*

チキンライス★○\*