



★今日は2年7組のリクエスト献立です★

テーマは「ザ・ファイヤーランチ」です。海藻サ

ラダにはとさかのりや糸寒天が使われています。

とさかのりは形がニワトリのトサカに似ている

のでこの名前がつきました。

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…*



フルーツポンチ*

むぎちゃ
麦茶

海藻サラダ○*

豆腐と青梗菜のスープ○*

カレーライス★○*