



10月31日は「ハロウィン」です。日本でも有名になりましたが、もともとはヨーロッパのお祭りです。今日の給食ではハロウィンのかぼちゃにちなんでかぼちゃを練りこんだマフィンをつくりました。

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…*



ぎゅうにゅう
牛乳○

ハロウィンマフィン○*

ジュリエヌスープ○*

スパゲティナポリタン★○*