



さわにわん さわ  
沢煮椀の「沢」には「たくさんの」という意味が  
あり、さわにわん はたくさんの しょくざい ほそ き しる  
食材を細く切った汁の  
ことを言います。今日の 給食 では肉や野菜など  
6種類の しょくざい つか  
食材を使っています。みなさん、残さず  
に食べましょう。

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

にどんな たら 働きをするかをあらわ  
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…\*



ごぼうサラダ\*

ぎゅうにゅう  
牛乳○

ぶたにく だいこん に  
豚肉と大根のみそ煮★○\*

はつがげんまい  
発芽玄米ごはん★

さわにわん  
沢煮椀○\*

つくだに  
のりの佃煮○