



★今日は1年4組のリクエスト献立です★

テーマは「パスタランチ」です。今日のスパゲティのクリームソースは、油やバター、小麦粉を使って丁寧にルウを作りました。みなさん、残さずに食べましょう。

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* 牛乳○

パリパリサラダ★*

クリームスパゲティ★○*