



チャーハンという名前は、中国語の「チャオファン  
 (炒飯)」が語源だそうです。今日の給食の  
 チャーハンには給食室で手作りしたチャーシュー  
 が入っています。みなさん、食べてみてくださ  
 いね。

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…\*



- 牛乳○
- じゃがいもの中華サラダ★○\*
- 肉団子スープ★○\*
- チャーハン★○\*