



★今日は1年7組のリクエスト献立です★

テーマは「KYM~韓国焼肉メニュー~」です。キムムッチはごま油や塩で味付けしてある韓国のりを給食風にアレンジしたふりかけです。少し

辛めの味付けです。

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…*



杏仁豆腐○*

牛乳○

焼肉○* ナムル*

ごはん★ 中華風コーンスープ★○*

キムムッチ○