



★今日は3年2組の REQUEST 献立です★

テーマは「モリモリ食べよう」です。コロッケは

日本が発祥の洋食のひとつです。じゃがいもの

ほか、かぼちゃやさといもなど地域によってたく

さんの種類があります。

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…*



くだもの*

ショア○

かぼちゃのコロッケ○*

パリパリサラダ★*

チキンライス★○*