



「ヨーグルトポムポム」の「ポム」はフランス語でりんごのことを言います。今日の給食では「紅玉」という種類のりんごを使いました。ヨーグルトとりんごのケーキを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…*



ぎゅうにゅう
牛乳○

ヨーグルトポムポム★○*

コールスローサラダ*

スパゲティナポリタン★○*