



よしのじる ならけん きょうどりょうり ならけん よしの
吉野汁は奈良県の郷土料理です。奈良県の吉野

ちほう くすこ さんち よしのくす つか
地方が葛粉の産地のため、吉野葛を使ってとろみ

をつけた料理には「吉野」という名前がつきます。

きゅうしょく くすこ かたくりこ だいよう
給食では葛粉を片栗粉で代用しています。

りょうり うし りょうり からだ なか おも
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…★

きんにく ほね
筋肉や骨をつくるもとになる…○

からだ ちょうし ととの
体の調子を整える…*



あ ごま和え*○ ぎゅうにゅう 牛乳○

あます たら^{あます}の甘酢あんかけ○*★

はつがげんまい 発芽玄米ごはん★ よしのじる 吉野汁★○*



よしのじる ならけん きょうどりょうり ならけん よしの
吉野汁は奈良県の郷土料理です。奈良県の吉野

ちほう くすこ さんち よしのくす つか
地方が葛粉の産地のため、吉野葛を使ってとろみ

をつけた料理には「吉野」という名前がつきます。

きゅうしょく くすこ かたくりこ だいよう
給食では葛粉を片栗粉で代用しています。

りょうり うし りょうり からだ なか おも
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…★

きんにく ほね
筋肉や骨をつくるもとになる…○

からだ ちょうし ととの
体の調子を整える…*



あ ごま和え*○ ぎゅうにゅう 牛乳○

あます たら^{あます}の甘酢あんかけ○*★

はつがげんまい 発芽玄米ごはん★ よしのじる 吉野汁★○*