



きょう 今日^{きょう}のりんごは^{あおもりけんさん}青森県産の「サンつがる」という

ひんしゅ 品種^{ひんしゅ}です。サクサクとした^{しよつかん}やわらかめの食感が

とくちょう 特徴^{とくちょう}です。7日の給食^{ななか きゅうしょく}のコンポートも同じ品種^{おな ひんしゅ}

で^{つく}作りました。生^{なま}と加熱^{かねつ}の味^{あじ}や食感^{しよつかん}の^{ちが}違い^{だの}を楽しんで^{たの}みてくださいね。

りょうり うし 料理^{りょうり}の後ろ^{うし}のマークは、その料理^{りょうり}が体^{からだ}の中^{なか}で主^{おも}に

どんな働き^{はたら}をするかを表^{あらわ}しています。

エネルギーになる…★

筋肉^{きんにく}や骨^{ほね}をつくるもとになる…○

からだ ちょうし ととの 体^{からだ}の調子^{ちょうし}を整^{ととの}える…*



りんご* 牛乳^{ぎゅうにゅう}○

豚肉^{ぶたにく}と豆腐^{とうふ}の中華^{ちゅうか}うま煮^に○*

ごはん★

ねぎとのりのスープ*○