

きょう はなみこんだて さくら きせつ す  
今日はお花見献立です。桜の季節は過ぎてしま  
ましたが、がっこう げんかん はな  
に咲いていますね。きゅうしょく はる かん  
るように、いま おいしいたけのこのごはん、さくら  
のかたちのかまぼこをつか するもの  
の汁物です。

りょうり うし  
料理の後ろのマークは、そのりょうり からだ なか おも  
にどんな はたら きをするかをあらわ 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…\*



とうにゅう  
豆乳プリンいちごソース○\*★ きゅうにゅう  
牛乳○

しお や  
さばの塩焼き○

たけのこのごはん★\*○

さわ に わん  
沢煮椀\*○