

きょうはひき肉とじゃがいものコロッケです。

きゅうしょく
給食ではコロッケも手作りしています。18.5kg
もあるじゃがいもを蒸してつぶし、他の具と混ぜ
て、1つ1つ手で丸め、衣をつけて揚げることで、
200個ものコロッケを作りました。

りょうり うし
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…*



ゆでキャベツ*

ぎゅうにゅう
牛乳○

ポテトコロッケ★○*

じゃこわかめごはん★○

いなかじる
田舎汁*○