



きょうは、2-5のリクエスト給食です。「行くぜ!!横浜 & 鎌倉!!」をテーマに考えた献立です。横浜には中華街があることにちなんで、しゅうまい・中華風サラダ・杏仁豆腐を作りました。また、けんちん汁は、鎌倉の建長寺で作られる「建長汁」がなまって「けんちん汁」と呼ばれるようになったという説があります。

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…*



杏仁豆腐○*★

牛乳○

しゅうまい○*★

中華風サラダ*★

しゅうまい3個+からし醤油+小松菜

ごはん★

けんちん汁*○★