



きょう
今日は、1-1のリクエスト給食です。テーマは
「好きな食べ物をいっぱい出したよ!」というこ
とで、出してもらった案の中から、いくつかピック
アップして献立を作りました。スイートポテトは、
いま しゅん
今が旬のさつまいもを蒸してつぶし、砂糖・
ぎゅうにゅう なま
牛乳・生クリームなどを混ぜて成形し、たまご
卵をぬ
って焼きました。



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…*

スイートポテト★○

ぎゅうにゅう
牛乳○

みそラーメン

★○*

バンバンジー風

サラダ*○★

ごまだれをかけてください。