



きょう  
今日は、1-3のリクエスト給食です。「みんな  
だいすき♡」をテーマに考えた献立です。セルフ  
チーズバーガーは、まるパンの切り込みにチーズハ  
ンバーグを自分で挟んで完成させてみてくださ  
い。



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…\*

- ごまサラダ\*★ ジョア○
- セルフチーズバーガー フライドポテト
- (チーズハンバーグ) ○\*★ ★
- セルフチーズバーガー 青菜とコーンの
- (パン) ★ スープ\*

バーガー袋あります。