



きょう がくしゅうはっぴょうかい れんしゅう  
 今日から学習発表会ですね。みなさんが練習し  
 てきた成果が発揮できるように、給食で応援し  
 ています。今日は親子丼とおやこどんと  
 ちん汁で、体があたたまる献立です。



りょうり うし りょうり からだ なか おも  
 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…\*

あおな あ  
 青菜のくるみ和え\*★

ぎゅうにゅう  
 牛乳○

おやこどん  
 親子丼★○\*

みそけんちん汁\*○★