



きょうは、1-4のリクエスト給食です。「中華です。」をテーマに考えてくれました。チャーハンには給食室で手作りしたチャーシューが入っていますので、チャーシューにも注目してみてください。



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…*

ウーロン茶

パリパリサラダ*★

あんにとろろ 杏仁豆腐*○★

チャーハン★○*

ちゅうか 中華スープ*