



きょうは、6月に青やピンクの花を咲かせる「あじさい」をイメージしたゼリーです。白い部分はカルピスゼリーです。紫の部分はグレープゼリーをしかく四角くカットして、あじさいの花びらを表現しました。



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…＊



あじさいゼリー＊○★

ぎゅうにゅう 牛乳○

トマトチキンカレー

グリーンサラダ

★○＊

＊