



がっさいしょ きゅうしょく だいす
2学期最初の給食はみんな大好きなカレーに
しました。ふたにく ひろう かいふく こうか
豚肉には疲労を回復させる効果がありま
す。なつやす ちゅう せいかつ くす つか
夏休み中に生活リズムが崩れて疲れやすくな
っている人はいませんか？今日のポークカレーで
パワーをチャージして、げんき しんがつき
元気に新学期をスタート
させましょう。



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…＊

くだもの
果物（なし）＊

ぎゅうにゅう
牛乳○

ポークカレー

フレンチサラダ

★○＊

＊★