

# きゅうしょく 給食ひとくちメモ



がつ にち きん  
12月19日(金)

今日は、今年度18回目のリクエスト給食です。

1-10のみんなで「季節に合ったメニュー」をテーマに考えてくれました。普段は冷やして提供しているサラダですが、今日は温野菜での提供です。

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…★

筋肉や骨をつくるもとになる…○  
からだの調子を整える…\*  
あらわ



くだもの  
果物 (いちご) \*

ぎゅうにゅう  
牛乳 ○

おんやさい  
温野菜のサラダ \*★

バターライス★\* かぼちゃのスープ  
ハンバーグ○\*★ \*○★