



きょう こんねんど かいめ きゅうしょく
今日は、今年度18回目のリクエスト給食です。

1ー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。



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…＊

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○＊★

＊○★