

きゅうしょく 給食ひとくちメモ



がつここのか きん
1月9日(金)

ことしきいしょ きゅうしょく 今年最初の給食は、おせち料理の松風焼きとなります、七草汁です。1月7日は「人を大切にする日」という意味を持つ「人日の節句」で、七草を食べて1年の健康を願います。今日は、せり、すずな(かぶ)、すずしろ(大根)を使用しました。

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 ちようし ととの 体の調子を整える…*



ごもく
五目なます*○★

ぎゅうにゅう
牛乳○

まつかぜ や
松風焼き○*★

ごはん★

ななくさじる
七草汁*