



ことしさいしょ 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
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 ちょうし 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＊