



きょう にじゅうしせつき だいかん ひとねん もっと  
今日は、二十四節気の「大寒」です。一年で最も  
さむ じき だいかん ひ う  
寒いとされる時期です。この大寒の日に産まれた  
たまご だいかんたまご えいようほうふ た けんこう  
卵は「大寒卵」といい、栄養豊富で食べると「健康  
うん きゅううん きゅううん  
運」「金運」がアップするといわれています。給食  
だいかんたまご たまご つく  
でも大寒卵にちなみ、ゆで卵を作りました。

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  
はたら あらわ  
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 (みかん) \*

ぎゅうにゅう  
牛乳○

だいこん たまご  
大根と卵のべっここう煮○\*★

ごはん★

ごじる  
呉汁\*

～ ものづくり班の皆さん、ありがとう！！～

だいこん  
ミニ大根



りっぱ そだ しんせん だいこん のうひん  
立派に育った、新鮮なミニ大根がたくさん納品されました。

はん かんしゃ  
ものづくり班のみなさんに感謝して、おいしくいただきましょう！