



きょうは、にじゅうしせつきのだいかん、ひとねんもっと
 今日、二十四節気の「大寒」です。一年で最も
 さむいとされる時期です。この大寒の日に生まれた
 たまごは「大寒卵」といい、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
 うんきんうん」がアップするといわれています。給食
 でも大寒卵にちなみ、ゆで卵を作りました。



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。

くだもの 果物(みかん) * ぎゅうにゅう 牛乳○
 だいこん たまご 大根と卵のべっこう煮○*★
 ごはん★ こじる 呉汁*○

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…*

～ ものづくり班のみなさん、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。

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す！