

きゅうしょく 給食ひとくちメモ



がついつか もく
2月5日(木)

きゅうしょく ぶた にく こまぎ しょう
給食では豚もも肉の小間切れを使用することが
多いですが、今日は豚肩ロースの切り身を使用し
ました。豚ももは筋肉の多い赤身の部位で、脂身が
すく 少ないです。豚肩ロースは赤身の中に脂肪が混ざ
り濃厚な味わいがあります。



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…*

やさい たまご あ もの
野菜と卵の和え物*○ **牛乳○**

ぶたにく よしの や
豚肉の吉野焼き○★

ごはん★

みそ汁○★*