



きょう こんねんどうさいしょ きゅうしょく  
今日は、今年度最初のリクエスト給食です。

2-3のみんなで、「3'sキッチン」をテーマに

かんが 考えてくれました。コブサラダはアメリカ発祥

のボリューム満点な具沢山サラダです。

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…\*



おきなわ 沖縄パインの  
ヨーグルト和え○\*★

ぎゅうにゅう 牛乳○

ミートソース  
スパゲティ★○\*

コブサラダ  
\*○★