



21日は二十四節気の1つである、夏至でした。

夏至は1年で一番昼の時間が長い日で、この日から徐々に本格的な夏がやってきます。関西地方では、稲の根がたこの足ののように地面にしっかり張ることを願って、たこを食べる風習があるので、今日の給食はたこめしにしました。

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…★

筋肉や骨をつくるもとになる…○

体の調子を整える…＊



三色なます＊★

牛乳○

松風焼き○＊★

たこめし★○＊

すまし汁＊