



きょう たなばた 今日(きょう)は七夕(たなばた)にちなんで、ちらしずしと七夕汁(たなばたじる)を作りました。ちらしずしには給食室(きゅうしょくしつ)で星(ほし)の形(がた)に型(かた)抜き(ぬ)したにんじん(かざ)を飾(かざ)りました。七夕汁(たなばたじる)には、そうめん(めん)と、切り口(きりぐち)が星(ほし)(☆)のように見えるオクラ(み)を入(い)れています。

りょうり うし 料理(りょうり)の後ろ(うし)のマークは、その料理(りょうり)が体(からだ)の中(なか)で主(おも)にどんな働(はたら)きをするか(あらわ)を表(あらわ)しています。

エネルギーになる…★

きんにく ほね 筋肉(きんにく)や骨(ほね)をつくるもとになる…○

からだ ちょうし ととの 体(からだ)の調子(ちょうし)を整(ととの)える…*



フルーツみつ豆(まめ)*★○ 牛乳(ぎゅうにゅう)○

くろ 黒(くろ)みつをかけてください。

ごもく 五目(ごもく)ちらしずし★○* 七夕汁(たなばたじる)*○

おお ほしがた ひとりいちまい 大(おお)きい星型(ほしがた)にんじん(ひとりいちまい)1人1枚(ひとりいちまい)あります。