

きゅうしょく

給食ひとくちメモ



がつ にち か
9月15日(火)

きょうは、^{こんねんど}今年度7回目の^{かいめ}リクエスト^{きゅうしょく}給食です。

2-7のみんなで「ナンだって!？」をテーマに

^{かんが}考えてくれました。ナンは^{こむぎこきじ}小麦粉生地を^{はっこう}発酵させ

て作る^{つく}平焼きのパンです。タンドリーチキンとの

^{あいしょうばつくん}相性抜群です。



^{りょうり}料理の^{うし}後ろのマークは、その料理が^{りょうり}体^{からだ}の中^{なか}で主^{おも}

にどんな^{はたら}働きをするかを^{あらわ}表しています。

エネルギーになる…★

^{きんにく}筋肉や^{ほね}骨をつくるもとになる…○

^{からだ}体の^{ちょうし}調子を^{ととの}整える…＊

みかんゼリー＊★

^{ぎゅうにゅう}牛乳○

ほうれん草^{そう}のソテー＊★

ナン★

ミネストローネ＊○★

タンドリーチキン○