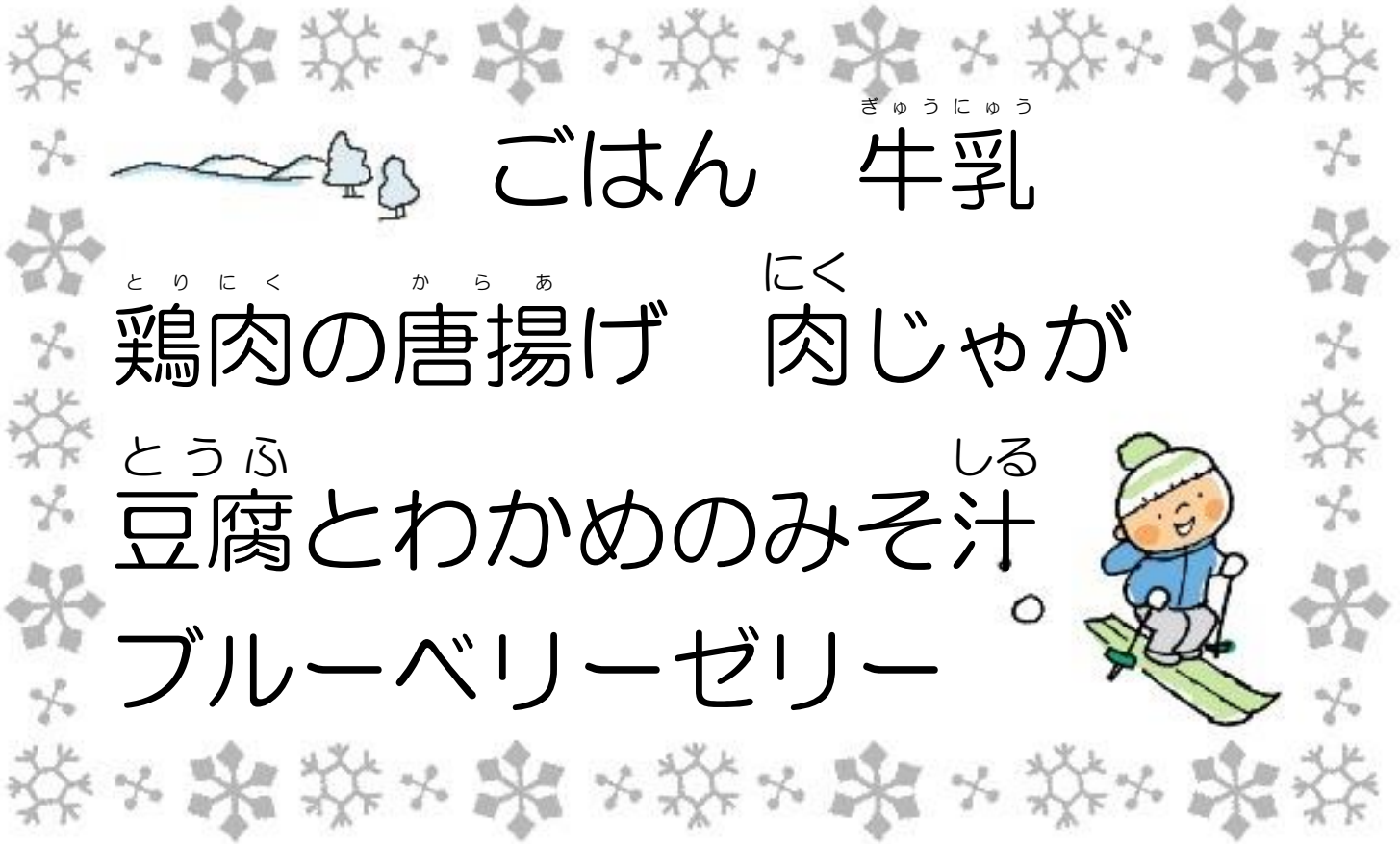


リクエスト給食

11月6日(月)は、
ほんでらちゅうがっこう
本寺中学校のみなさんからの
きゅうしょく
リクエスト給食です！



ごはん 牛乳

とりにく からあ にく
鶏肉の唐揚げ 肉じゃが

とうふ しる
豆腐とわかめのみそ汁

ブルーベリーゼリー



からだ
おもに体をつくる食品

とりにく ぶたにく
鶏肉 豚肉
とうふ みそ
豆腐 みそ
わかめ

おもにエネルギーの
もととなる食品

こめ かたくりこ
米 かたくり粉
じゃが芋 さとう
じゃが芋 砂糖
いと あぶら
糸こんにゃく 油

からだ ちょうし
おもに体の調子を
ととの しょくひん
整える食品

にんじん しょうが
さやいんげん 玉ねぎ
ねぎ ほ
ねぎ 干しいたけ
ブルーベリー

ほんでらちゅうがっこう
本寺中学校さん
からの
メッセージ



ねんせい にん かんが つく
3年生4人で考えて作りました。

だいたい
みんなが大好きなメニューだと

おも
思いますので、ぜひこの献立でお願い
いたします。いつもおいしい

きゅうしょく
給食ありがとうございます

