

5月13日（月）

きょう きゅうしょく 今日<sup>きょう</sup>の給食<sup>きゅうしょく</sup>は、ごはん シーフードフライ もやし<sup>いそあ</sup>の磯和え

いも しる きゅうにゅう  
じゃが芋<sup>いも</sup>のみそ汁<sup>しる</sup> 牛乳<sup>きゅうにゅう</sup>です。

ししゃも<sup>びき やく</sup>は、1匹<sup>ちい</sup>が約20g<sup>さかな</sup>の小さな魚<sup>わたし</sup>ですが 私<sup>わたし</sup>たちの体<sup>からだ</sup>を支える骨<sup>ささ ほね</sup>を

つく ひつよう からだ  
作る<sup>つく</sup>ために必要なカルシウム<sup>ひつよう</sup>や、体<sup>からだ</sup>の

ちょうし とと ほうふ はい  
調子<sup>ちょうし</sup>を整えるビタミン<sup>とと</sup>が豊富<sup>ほうふ</sup>に入っ<sup>はい</sup>ていま

まる た かた  
す。丸<sup>まる</sup>ごと食<sup>た</sup>べられますが、硬<sup>かた</sup>いところが

ある<sup>た</sup>のでしっかりかんで食<sup>た</sup>べてください。

きょう やく こ いも かわ ちょうり  
今日<sup>きょう</sup>は約80個<sup>やく</sup>のじゃが芋<sup>こ</sup>の皮<sup>いも</sup>を調理<sup>かわ</sup>さん<sup>ちょうり</sup>

むき  
がピューラー<sup>むき</sup>で剥<sup>むき</sup>きました。

